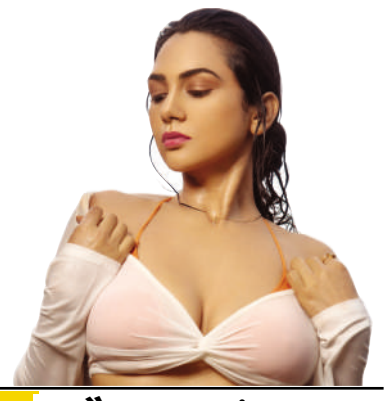
सप्ताहिक

बदलते अल्फाज़

चंडीगढ़, रविवार 12 जुलाई से 18 जुलाई 2026

खबरों का नया स्वरूप



पेज 8

गौरव खन्ना संग तलाक पर छलका आकांक्षा चंबोला का दर्द

वर्ष : 05, अंक : 18, मूल्य : 5.00 रुपए पेज: 08 www.badlteyalfaaj.com E-mail:badaltealfaaz@gmail.com

For Advertising
Prabhat kumar +918847461287
E-mail:badaltealfaaz@gmail.com
www.badltealfaaj.com
बदलते अलफाज़ समाचार पत्र में सामचार सम्बंधित इस नबंर पर करें सम्पर्क
Office Landline Number
01725098269
www.badltealfaaj.com

पुणे इमारत हादसा: 72 घंटे बाद भी खत्म नहीं हुआ बचाव अभियान, अब तक मिले आठ लोगों के शव; एक की तलाश जारी

पुणे। महाराष्ट्र के पुणे के पास मोशी इलाके में एक बहुत बड़ा हादसा हो गया है। यहां के वेस्ट प्रोसेसिंग यूनिट (कचरा प्रबंधन इकाई) के ढहने से हड़कंप मच गया है। शनिवार को रेस्क्यू ऑपरेशन के चौथे दिन मलबे से सात शब बरामद किए गए हैं। इसके साथ ही इस दर्दनाक हादसे में मरने वालों की संख्या बढ़कर आठ हो गई है। अब तक मलबे में फंसे अनुमानित 23 लोगों में से 14 लोगों को सुरक्षित निकाला गया है। उन्हें तुरंत इलाज के लिए अस्पताल ले जाया गया है। एक व्यक्ति की तलाश लगातार जारी है। यह हादसा पिछले बुधवार को हुआ था। मोशी में पिंपरी चिंचवाड़ नगर निगम (पीसीएमसी) का वेस्ट-टू-एनर्जी प्लांट है। वहां कचरे का एक बहुत बड़ा ढेर अचानक प्रशासनिक इमारत पर गिर गया। भारी वजन के कारण तीन मंजिला इमारत ताश के पत्तों की तरह ढह गई।

बंगाल में ममता को झटके पर झटका: अब अनुब्रत मंडल ने छोड़ा दीदी का साथ, ऋतब्रत ने किया जिला समिति का एलान

कोलकाता। तृणमूल कांग्रेस के ऋतब्रत बनर्जी वाले गुट ने अपनी जिला कमिटी और अध्यक्षों की लिस्ट जारी कर दी है। इस घोषणा में सबसे हैरान करने वाला नाम अनुब्रत मंडल का है। बीरभूम के कद्दावर नेता अनुब्रत मंडल ने ममता बनर्जी का साथ छोड़ दिया है। वह अब ऋतब्रत बनर्जी के खेमे में शामिल हो गए हैं। ऋतब्रत गुट ने उन्हें बीरभूम का नया जिला अध्यक्ष बनाया है। इस फैसले को

मुख्यमंत्री ममता बनर्जी के लिए एक बहुत बड़े झटके के रूप में देखा जा रहा है। ऋतब्रत बनर्जी के गुट ने न केवल जिला अध्यक्षों की घोषणा की, बल्कि पूर्व राज्यसभा सांसद शांतनु सेन को अपनी राज्य समिति में शामिल कर लिया है। पार्टी की बैठक में पूर्व पानीहाटी विधायक निर्मल घोष भी नजर आए। निर्मल घोष का नाम आरजी कर मेडिकल कॉलेज की घटना से जुड़ी कथित जल्दबाजी में हुई अंत्येष्टि के विवाद में सामने आया था। हालांकि, ऋतब्रत बनर्जी ने साफ किया कि निर्मल घोष की मौजूदगी के बावजूद उनके बारे में बैठक में कोई चर्चा या फैसला नहीं लिया गया है।

वियतनाम में टूरिस्ट बोट पलटी, 15 भारतीयों की मौत

10 तमिलनाडु, 3 आंध्र प्रदेश और 2 केरल के पर्यटक, कुल 32 भारतीय सवार थे

एजेंसी, हनोई।

वियतनाम के फु क्वोक द्वीप के पास एक नाव पलटने से 15 पर्यटकों की मौत हो गई। नाव 32 पर्यटकों और चालक दल के चार सदस्यों को होन में रुत से एन थोई बंदरगाह ले जा रही थी। वियतनामी समाचार पोर्टल वीएन एक्सप्रेस इंटरनेशनल ने बताया कि नाव माननीय में रुत नगोई से 400 मीटर दूर डूब गई, जिससे उसमें सवार सभी लोग समुद्र में गिर गए।

बचाव अभियान में जुटे पर्यटक

पलटी हुई नाव को देखने के बाद आसपास के पर्यटक घटनास्थल पर पहुंचे और लोगों को निकालने में जुट गए। बचाव अभियान में शामिल एक नाव के मालिक ने कहा कि उनका जहाज लगभग पांच मिनट के भीतर साइट पर पहुंच गया, लेकिन बचाव कठिन था क्योंकि पलटी हुई नाव के अंदर कई यात्री फंस गए थे। वीएन एक्सप्रेस के हवाले से नाव मालिक ने कहा, "केवल कुछ लोगों को होश में लाया गया था।"

बचाव अभियान में 35 अधिकारी और सैनिक तैनात

एन थोई बॉर्डर गार्ड ने नौसेना, तट

रक्षक और अन्य आपातकालीन कर्मियों के साथ बचाव प्रयासों में शामिल होकर, साइट पर दो जहाजों और 35 अधिकारियों और सैनिकों को तैनात किया।

शनिवार दोपहर तक, बचावकताओं ने स्पीडबोट पर सवार सभी 36 लोगों को बरामद कर लिया था। इक्कीस लोग बच गए, जबकि दो महिलाओं और 13 पुरुषों सहित 15 अन्य की मौत की पुष्टि की गई।

हनोई में भारतीय दूतावास ने कहा, "उसने कंट्रोल रूम बनाए हैं, क्योंकि खोज और बचाव अभियान जारी रहेगा। दूतावास ने एक्स पर कहा, एक दुखद घटना में, वियतनाम में फु क्वोक द्वीप के पास कई भारतीय पर्यटकों को ले जा रही एक नाव पलट गई।" जानकारी और सहायता प्रदान करने के लिए हो ची मिन्ह सिटी में भारत के महावाणिज्य दूतावास और हनोई में दूतावास में कंट्रोल रूम बनाए गए हैं।

सीएम विजय ने हादसे पर जताया दुख

तमिलनाडु के मुख्यमंत्री सी. जोसेफ विजय ने शनिवार को कहा कि उन्होंने अधिकारियों को निर्देश दिया है कि वे भारतीय दूतावास के जरिए उन तमिलों के शव वापस लाने के लिए कार्रवाई करें, जिनकी वियतनाम में नाव पलटने से मौत हो गई है; इस घटना में राज्य के कई पर्यटकों के मारे जाने की आशंका है। मुख्यमंत्री ने विदेश में नाव पलटने की घटना में जान गंवाने वालों के परिवारों के प्रति गहरी संवेदना और सहानुभूति व्यक्त की।

सीएम रेवंत रेड्डी ने हादसे पर जताया दुख

तेलंगाना के मुख्यमंत्री रेवंत रेड्डी ने ट्वीट करके इस हादसे पर गहरा दुख जताया है। उन्हें खबर मिली कि वियतनाम घूमने गए तेलुगु राज्यों के कुछ पर्यटकों की वहां एक नाव दुर्घटना में मौत हो गई है। मुख्यमंत्री कार्यालय के अनुसार, वियतनाम के फु क्वोक द्वीप पर गए भारतीयों की नाव दुर्घटना में मौत की जानकारी मिलते ही मुख्यमंत्री ने तुरंत अधिकारियों को सतर्क कर दिया। मुख्यमंत्री ने दुर्घटना की पूरी जानकारी लेने के साथ-साथ मुख्य सचिव को निर्देश दिया कि वे विदेश मंत्रालय और वियतनाम में भारतीय दूतावास के अधिकारियों से बात करें, ताकि राहत कार्यों में तेजी लाई जा सके और जरूरी कदम उठाए जा सकें।

राहुल और खरगे ने केंद्र से अपील- प्रभावित परिवारों को पहुंचे मदद

वियतनाम में नाव के पलटने की घटना पर कांग्रेस नेता राहुल गांधी और पार्टी अध्यक्ष मल्लिकार्जुन खरगे ने गहरा दुख जताया है। दोनों नेताओं ने केंद्र सरकार से वियतनाम के अधिकारियों के साथ मिलकर राहत और बचाव कार्य तेज करने तथा प्रभावित भारतीय परिवारों को हर संभव मदद देने की अपील की है। लोकसभा में नेता प्रतिपक्ष राहुल गांधी ने सोशल मीडिया मंच एक्स पर लिखा कि वियतनाम के फु क्वोक द्वीप के पास भारतीय पर्यटकों से भरी नाव के पलटने की घटना बेहद दुखद है। उन्होंने हादसे में जान गंवाने वालों के परिजनों के प्रति संवेदना व्यक्त की और लापता लोगों के सुरक्षित मिलने की कामना की। राहुल ने कहा कि विदेश मंत्रालय और भारत सरकार वियतनाम के अधिकारियों के साथ मिलकर बचाव अभियान में हर संभव सहयोग करें और प्रभावित परिवारों को जरूरी सहायता उपलब्ध कराएं। कांग्रेस अध्यक्ष मल्लिकार्जुन खरगे ने भी इस हादसे पर शोक जताते हुए कहा कि यह घटना बेहद पीड़ादायक है। उन्होंने मृतकों के परिजनों के प्रति संवेदना व्यक्त की और लापता लोगों के परिवारों के लिए हिम्मत और धैर्य की कामना की। खरगे ने विदेश मंत्रालय से स्थिति पर लगातार नजर रखने और वियतनाम सरकार के साथ समन्वय बनाकर बचाव कार्य में तेजी लाने की अपील की। उन्होंने कहा कि इस कठिन समय में प्रभावित भारतीय परिवारों को हर संभव सहायता और सहयोग मिलना चाहिए।

मिडिल ईस्ट में महायुद्ध की आहट : ईरान के नए सुप्रीम लीडर मुजतबा बोलेझपिता खामेनेई की मौत का बदला लेंगे

एजेंसी, तेहरान/वॉशिंगटन डीसी/तेल अवीव।

मिडिल ईस्ट (मध्य पूर्व) में तनाव एक बार फिर अपने चरम पर पहुंच गया है। ईरान के पूर्व सुप्रीम लीडर अयातुल्ला अली खामेनेई के निधन के बाद उनके बेटे और ईरान के नए सुप्रीम लीडर मुजतबा खामेनेई ने अमेरिका और इजराइल को खुली चेतावनी दी है। वहीं दूसरी ओर, अमेरिकी राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रम्प ने बेहद आक्रामक रुख अपनाते हुए ईरान को पूरी तरह नेस्तनाबूद करने की धमकी दी है। दोनों परमाणु संपन्न व शक्तिशाली देशों के बीच जुबानी जंग अब सैन्य टकराव के मुहाने पर आकर खड़ी हो गई है। अल जजीरा की रिपोर्ट के मुताबिक, ईरान के नवनियुक्त सुप्रीम लीडर मुजतबा खामेनेई ने अपने पिता अली खामेनेई के अंतिम संस्कार के बाद पहली बार आधिकारिक संदेश और अपनी नई तस्वीर जारी की है। मुजतबा ने भावुक और आक्रामक लहजे में कहा:

"मैं अपने पिता के बेगुनाह खून का बदला जरूर लूंगा। यह केवल मेरी नहीं, बल्कि हमारे पूरे देश की भी यही इच्छा है।" मुजतबा ने अपने पिता के अंतिम संस्कार में उमड़े लाखों लोगों के सैलाब का आभार जताते हुए कहा कि जनता की इस भारी मौजूदगी ने दुश्मनों को करारा जवाब दिया है और यह एक ऐतिहासिक पल था। ईरानी धमकियों और अमेरिकी राष्ट्रपति की हत्या की कथित साजिशों की खबरों के बीच डोनाल्ड ट्रम्प ने अपने सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म 'ट्रुथ सोशल' पर ईरान को सीधी चेतावनी दी है। ट्रम्प ने लिखा कि अगर ईरान ने उनकी हत्या करने या नुकसान पहुँचाने की जरा भी कोशिश की, तो ईरान को दुनिया के नक्शे से पूरी तरह तबाह कर दिया जाएगा। ट्रम्प ने दावा किया कि वर्तमान में ईरान की तरफ 1,000 अमेरिकी मिसाइलें तैनात हैं और जरूरत पड़ने पर हजारों और मिसाइलें दाग दी जाएंगी।

देश के 70 प्रतिशत हिस्से से मानसूनी बादल गायब

एजेंसी, नई दिल्ली।

पूर्वी मध्य प्रदेश, पूर्वी उत्तर प्रदेश, राजस्थान, गुजरात, महाराष्ट्र समेत देश के 7 राज्यों में अगले 5 दिन कम बारिश होने की संभावना है। ऐसा इसलिए, क्योंकि देश के 70% हिस्से से बादल गायब हो गए हैं। आईएमडी की नई सैटेलाइट तस्वीरों और विंडी.कॉम के मुताबिक बादल पूर्व और पूर्वोत्तर के राज्यों जैसे- उत्तराखंड, यूपी, बिहार, मेघालय, मिजोरम और त्रिपुरा की तरफ चले गए हैं।

इधर के देश के जिन हिस्सों में मानसून थोड़ा बहुत सक्रिय है, वहां सड़कों पर पानी भरने, नदियो में बाढ़ आने जैसी घटनाएं हो रही हैं। यूपी के हापुड़ में तेज बारिश से अंडरपास में पानी भर गया। बिजनौर में गंगा और उसकी सहायक मालन नदी उफान पर है। प्रदेश में 3 दिन में 15 लोगों की मौत हो चुकी है।

भारी बारिश के कारण हुए भूस्खलन से उत्तराखंड में 120 सड़कें बंद हो गईं। वहीं, यमुनोत्री नेशनल हाईवे का एक हिस्सा बह जाने के बाद, करीब 100 तीर्थयात्रियों को रस्सियों से बाहर निकाला गया।

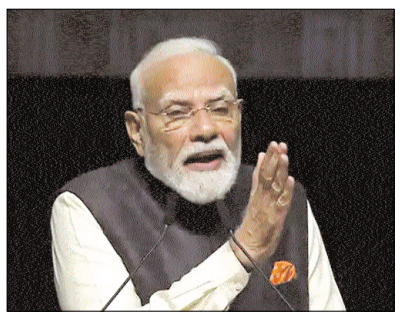
मोदी बोले- मैं 25 साल पुराना मफलर पहनकर न्यूजीलैंड आया: यहीं मुझे गिफ्ट मिला था

हमारे लिए देश की जनसंख्या नहीं, उनकी भावना मायने रखती है

एजेंसी, ऑकलैंड।

पीएम मोदी ने शनिवार को न्यूजीलैंड के ऑकलैंड में भारतीय समुदाय को संबोधित किया। इस दौरान पीएम ने करीब तीन दशक पुराना किस्सा सुनाया। पीएम ने कहा- 25-30 साल पहले जब मैं किसी सरकार का हिस्सा नहीं था, तब मुझे यहां आने का मौका मिला था।

उस समय मुझे किसी ने गिफ्ट में 3 चीजें दीं, जो मैं भारत लेकर गया। एक- मफलर, दूसरी- कैप और तीसरा- एक सेट दस्ताना। उसमें भी एक चीज मैं अभी यहां इस कार्यक्रम में भी लेकर आया हूं। इस मफलर को मैंने कई बार इस्तेमाल किया और आज भी संभाल कर रखा है।



पीएम ने आगे कहा कि हमारे लिए सामने वाले देश की जनसंख्या नहीं, जनकल्याण की भावना मायने रखती है। और इसलिए हमने न्यूजीलैंड से भी बहुत कुछ सीखा है और अब भी सीख रहे हैं। इस कार्यक्रम के बाद मोदी भारत के लिए रवान हो गए।

इससे पहले मोदी ने प्रधानमंत्री क्रिस्टोफर लक्सन के साथ द्विपक्षीय बैठक की। इसमें 18 बड़े फैसले और 10 समझौतों पर साइन किए गए। दोनों नेताओं ने 2030 तक द्विपक्षीय व्यापार को दोगुना बढ़ाकर करीब 35 हजार करोड़ करने का लक्ष्य रखा।

ये कोलेब का जमाना है, दोनों देश साथः अगर हम कंटेंट क्रिएटर्स की भाषा में बात करें तो ये कोलेब का जमाना है। दोनों देश स्पोर्ट्स में भी बहुत शानदार कोलेब कर सकते हैं। रग्बी इसका बहुत बड़ा उदाहरण है। भारत रग्बी में न्यूजीलैंड से सीखना चाहता है। हमें कोच चाहिए, एक्सपर्ट चाहिए। न्यूजीलैंड हमारी बहुत मदद कर सकता है।

राम मंदिर चढ़ावा चोरी: तेज हुई पहला सीईओ चुनने की प्रक्रिया, 22 को नाम पर लगी सकती है मुहर

एजेंसी, अयोध्या।

राम मंदिर में चढ़ावा प्रकरण के बाद मंदिर प्रशासन को अधिक पारदर्शी और पेशेवर बनाने की दिशा में श्रीराम जन्मभूमि तीर्थ क्षेत्र ट्रस्ट ने पहले मुख्य कार्यकारी अधिकारी (सीईओ) की नियुक्ति की प्रक्रिया तेज कर दी है। सीईओ के चयन के लिए गठित तीन सदस्यीय सर्च कमेटी जल्द ऑनलाइन बैठक कर आवेदन प्रक्रिया और चयन के मापदंड तय करेगी। सूत्रों के अनुसार, 22 जुलाई को प्रस्तावित ट्रस्ट बैठक में चयन प्रक्रिया की प्रगति या संभावित नामों पर भी चर्चा हो सकती है।

सूत्रों से मिली जानकारी के अनुसार सीईओ का चयन केवल प्रशासनिक अनुभव के आधार पर नहीं होगा, बल्कि उम्मीदवार की ईमानदारी, नेतृत्व क्षमता, धार्मिक आस्था और बड़े संस्थानों के संचालन का अनुभव भी परखा जाएगा। चयन प्रक्रिया में विस्तृत बैकग्राउंड वेरिफिकेशन और व्यक्तिगत इंटरव्यू को अनिवार्य बनाया जाएगा। कमेटी करीब 10 प्रमुख मापदंड तय करेगी, जिनके आधार पर इच्छुक उम्मीदवारों से आवेदन मांगे जाएंगे। इसके बाद दस्तावेजों की जांच, सेवा रिकॉर्ड, चरित्र सत्यापन और इंटरव्यू के बाद योग्य नाम ट्रस्ट के समक्ष रखे जाएंगे।

अयोध्या राम मंदिर का प्रबंधन देश के अन्य बड़े मंदिरों से अधिक चुनौतीपूर्ण है। ऐसे में सीईओ में वित्तीय प्रबंधन, मानव संसाधन, भीड़ नियंत्रण, आपदा प्रबंधन और संसाधनों के कुशल संचालन की क्षमता होना आवश्यक है। तीन सदस्यीय सर्च कमेटी में सेवानिवृत्त न्यायाधीश प्रमोद कोहली, लेफ्टिनेंट जनरल (सेवानिवृत्त) विष्णुकांत चतुर्वेदी तथा सुरेश हवारे शामिल हैं। कमेटी की ओर से अंतिम रूप से चयनित नाम श्रीराम जन्मभूमि तीर्थ क्षेत्र ट्रस्ट को सौंपे जाएंगे, जिसके बाद ट्रस्ट सीईओ की नियुक्ति पर अंतिम निर्णय लेगा।

श्रीराम जन्मभूमि मंदिर निर्माण समिति के अध्यक्ष नृपेंद्र मिश्र ने शनिवार को राम मंदिर निर्माण कार्यों की समीक्षा करते हुए चढ़ावा चोरी प्रकरण को कलंक बताया। उन्होंने कहा कि लंबे संघर्ष, आंदोलन और बलिदान के बाद भगवान श्रीराम अपने भव्य मंदिर में विराजमान हुए हैं। उन्होंने भरोसा जताया कि व्यवस्थाओं में सुधार होगा और भविष्य में ऐसी पुनरावृत्ति नहीं होगी।

गुप्त नवरात्रि में नहीं करने चाहिए ये काम

हिंदू धर्म में नवरात्रि का पर्व विशेष श्रद्धा और भक्ति के साथ मनाया जाता है। वर्ष में कुल चार बार नवरात्रि आती है. इनमें से दो को प्रकट नवरात्रि और दो को गुप्त नवरात्रि कहा जाता है। प्रकट नवरात्रियों में मां दुर्गा के नौ स्वरूपों की विधिपूर्वक पूजा की जाती है, जबकि गुप्त नवरात्रि तंत्र साधना और 10 महाविद्याओं की उपासना के लिए जानी जाती है। गुप्त नवरात्रि विशेष रूप से साधकों और तांत्रिक साधनाओं से जुड़े लोगों के लिए अत्यंत फलदायी मानी जाती है। इस वर्ष आषाढ़ मास की गुप्त नवरात्रि 15 जुलाई 2026 से शुरू होकर 23 जुलाई 2026 तक चलेगी।

गुप्त नवरात्रि में भूलकर भी न करें ये गलतियां

तामसिक भोजन का परहेज करें
इस दौरान मांसाहार, लहसुन-प्याज और शराब जैसे तामसिक आहार पूरी तरह से वर्जित माने जाते हैं। शुद्ध सात्विक भोजन ही ग्रहण करें।

ज्वार न बोएं

सामान्य नवरात्रि में घटस्थापना के समय ज्वार बोने की परंपरा होती है, लेकिन गुप्त नवरात्रि में इसे वर्जित माना गया है। ऐसा करना पुण्य की जगह पाप का कारण बन सकता है।

रौद्र रूप की मूर्ति या तस्वीर न लगाएं

मां के उग्र या रौद्र रूपों की तस्वीर गुप्त नवरात्रि के दौरान पूजन स्थल पर न लगाएं। इससे साधना में विघ्न आ सकता है।

दक्षिण दिशा की यात्रा न करें

गुप्त नवरात्रि के दौरान दक्षिण दिशा की यात्रा को अशुभ माना जाता है। संभव हो तो इस दिशा में जाने से बचें।
गुप्त नवरात्रि की साधना बेहद शक्तिशाली मानी जाती है, लेकिन इसके साथ ही यह अनुशासन और सावधानी की भी मांग करती है। जो साधक विधिवत और नियमपूर्वक इसका पालन करते हैं, उन्हें मां दुर्गा की विशेष कृपा प्राप्त होती है।

कब से शुरू होगी आषाढ़ गुप्त नवरात्रि?

तिथि और घटस्थापना मुहूर्त

आषाढ़ मास में शुक्ल पक्ष की प्रतिपदा तिथि के दिन गुप्त नवरात्रि की शुरुआत होती है। चैत्र नवरात्रि और शारदीय नवरात्रि में मां दुर्गा के नौ रूपों की पूजा की जाती है। वहीं, गुप्त नवरात्रि में देवी की दस महाविद्याओं की साधना की जाती है। इस दौरान तांत्रिक, अघोरी तंत्र मंत्र और सिद्धि प्राप्त करते हैं। ऐसे में गुप्त नवरात्रि का महत्व बहुत विशेष होता है। इस दौरान देवी की साधना करने से मनोकामनाएं पूर्ण हो सकती है।

आषाढ़ मास आरंभ हो चुका है। इस महीने में शुक्ल पक्ष की प्रतिपदा तिथि के दिन आषाढ़ गुप्त नवरात्रि की शुरुआत हो जाती है। पूरे वर्ष में चार नवरात्रि आती हैं, जिनमें से एक गुप्त नवरात्रि होती है। हिंदू धर्म में इन नौ दिनों का बहुत खास महत्व होता है। एक गुप्त नवरात्रि माघ में भी आती है। मान्यता है कि ये नवरात्रि सिद्धि और साधना के लिए बहुत महत्वपूर्ण होती हैं। साथ ही, तंत्र मंत्र के साधक की इन दिनों में विशेष रूप से साधना रखते हैं। गुप्त नवरात्रि लोगों के बीच ज्यादा प्रचलित नहीं है, जिसके पीछे का कारण यही है कि इसमें तंत्र मंत्र के साधक ज्यादा साधना रखते हैं। माना जाता है कि इस दौरान मां दुर्गा और उनकी 10 महाविद्याओं की पूजा करने से व्यक्ति को विशेष फल की प्राप्ति हो सकती है।

आषाढ़ गुप्त नवरात्रि की तिथियां

साल 2026 में आषाढ़ गुप्त नवरात्रि 15 जुलाई से शुरू होकर 22 जुलाई तक रहेगी। इसके बाद 23 जुलाई को व्रत का पारण किया जाएगा। खास बात यह है कि इस बार तीसरा और चौथा नवरात्र एक ही दिन, 17 जुलाई को पड़ रहा है।

घटस्थापना का शुभ समय

आषाढ़ माह के शुक्ल पक्ष की प्रतिपदा तिथि 14 जुलाई को दोपहर 03:12 बजे आरंभ होकर 15 जुलाई को सुबह 11:50 बजे समाप्त होगी। ऐसे में घटस्थापना का शुभ मुहूर्त 15 जुलाई 2026 को सुबह 05:33 बजे से 10:09 बजे तक रहेगा।

गुप्त नवरात्रि का महत्व

धार्मिक दृष्टि से गुप्त नवरात्रि का विशेष महत्व बताया गया है। माना जाता है कि इस दौरान किए गए व्रत और साधना से भक्तों की मनोकामनाएं शीघ्र पूर्ण होती हैं। प्राचीन समय में इस नवरात्रि का ज्ञान केवल ऋषि-मुनियों और साधकों तक सीमित था। वे इस काल में दस महाविद्याओं की उपासना कर विशेष आध्यात्मिक शक्तियां प्राप्त करने का प्रयास करते थे।

आषाढ़ मास गुप्त नवरात्रि नियम

माना जाता है कि भूलकर भी गुप्त नवरात्रि में तामसिक भोजन जैसे- मांस, प्याज, लहसुन आदि का सेवन नहीं करना चाहिए। साथ ही, इस अवधि के दौरान मदिरा से भी दूरी बनाकर रखनी चाहिए और किसी भी प्रकार के क्रोध व विवाद में नहीं पड़ना चाहिए। गुप्त नवरात्रि में बाल और नाखून काटने भी वर्जित माना जाता है। ऐसे में इन दिनों में गलती से भी ये दो कार्य नहीं करने चाहिए। ऐसा करने से व्यक्ति को अशुभ परिणाम प्राप्त हो सकते हैं। मान्यता है कि गुप्त नवरात्रि में भूलकर भी चमड़े से बनी चीजों का इस्तेमाल नहीं करना चाहिए। साथ ही, इससे बनी चीजों को धारण भी नहीं करना चाहिए। ऐसा करने से पूजा का पूर्ण फल प्राप्त नहीं होता है।
कहा जाता है नवरात्रि में दिन के समय सोना और बिस्तर पर सोना भी वर्जित होता है। खासतौर पर जो लोग नवरात्रि का व्रत रखते हैं उन्हें जमीन पर बिस्तर लगाकर सोना चाहिए। गुप्त नवरात्रि में दस महाविद्याओं की साधनाआषाढ़ मास की गुप्त नवरात्रि में सामान्य लोग मां दुर्गा की विधि-विधान से पूजा अर्चना करते हैं। इसके अलावा, तांत्रिक, अघोरी तंत्र मंत्र और सिद्धि प्राप्त करते हैं। ये सभी देवी की दस महाविद्याओं की साधना करते हैं, जिन्हें बहुत शक्तिशाली माना जाता है। मान्यता है कि जिस व्यक्ति पर देवी की कृपा होती है, उसे किसी भी संकट का सामना नहीं करना पड़ता है। साथ ही, ऐसे लोगों के लिए दुनिया में कुछ भी असंभव नहीं रहता है। देवी की दस महाविद्याएं इस प्रकार हैं- माता धूमावती देवी, माता काली देवी, माता त्रिपुरा देवी, तारा देवी, माता षोडशी देवी, माता छिन्नमस्ता देवी, भुवनेश्वरी देवी, माता बगलामुखी देवी, माता कमला देवी और माता मातंगी देवी।

आषाढ़ गुप्त नवरात्रि पर 12 साल बाद दुर्लभ योग

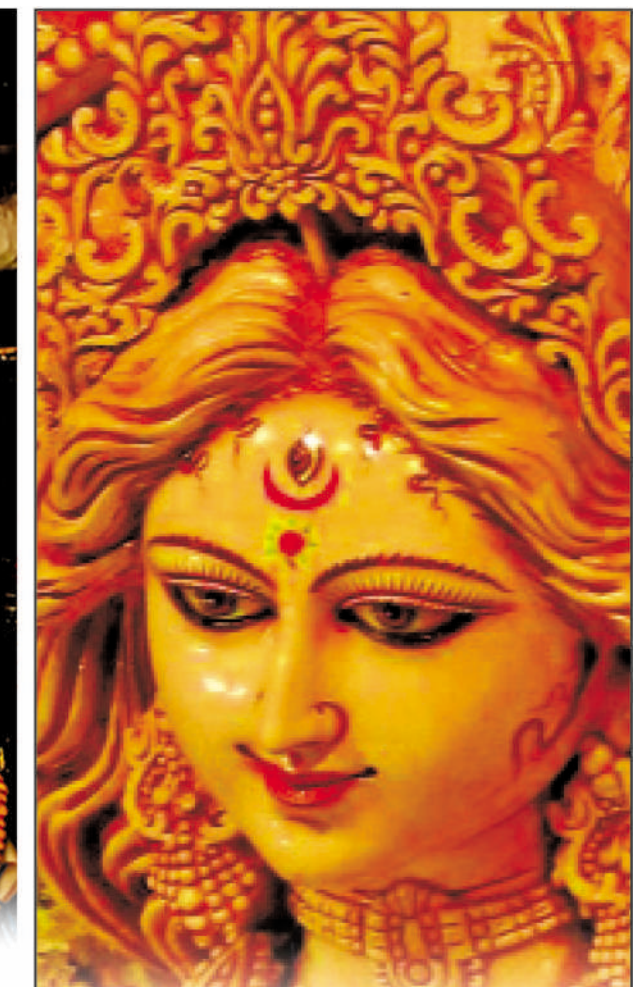
आषाढ़ गुप्त नवरात्रि 15 जुलाई 2026 से शुरू हो रही है. इसका समापन 23 जुलाई को होगा. इस बार गुप्त नवरात्र 9 दिन की होगी. तांत्रिक साधना के लिए ये समय अचूक माना जाता है. मार्कण्डेय पुराण (दुर्गा सप्तशती), देवी भागवत महापुराण, रुद्रयामल तंत्र, शक्तिसंगम तंत्र, तंत्रसार आदि शाक्त ग्रंथों में गुप्त नवरात्रि का वर्णन मिलता है. इस नवरात्रि में साधक अपनी साधना को गोपनीय रखते हैं. इस बार गुप्त नवरात्रि पर कई दुर्लभ संयोग बन रहे हैं।

12 साल बाद बन रहा है दुर्लभ संयोग

इस वर्ष गुप्त नवरात्रि का शुभारंभ अत्यंत शुभ और दुर्लभ ज्योतिषीय संयोगों के बीच हो रहा है. 15 जुलाई को बुधवार के दिन पुष्य नक्षत्र रहेगा और चंद्रमा कर्क राशि में विराजमान होंगे. इसी दौरान चंद्रमा और गुरु की युति से गजकेसरी योग का निर्माण होगा. चूंकि गुरु लगभग 12 वर्ष बाद पुनः इसी राशि में आते हैं, इसलिए यह संयोग विशेष महत्व रखता है. इसके साथ ही गुप्त नवरात्रि की शुरुआत गजकेसरी योग और बुध-पुष्य योग के शुभ संयोग में होगी, जो साधना, मंत्र सिद्धि और शुभ कार्यों के लिए अत्यंत फलदायी मानी जाती है. इतना ही नहीं, पूरे गुप्त नवरात्रि काल में 2 सर्वार्थ सिद्धि योग और 3 रवि योग भी बनेंगे, जिससे इस पर्व का धार्मिक और ज्योतिषीय महत्व कई गुना बढ़ जाएगा.

किन देवियों की होती है पूजा

शत्रु बाधा, ग्रह दोष और नकारात्मक शक्तियों से रक्षा के लिए गुप्त नवरात्रि में दशमहाविद्याओं काली, तारा, त्रिपुरसुंदरी, भुवनेश्वरी, छिन्नमस्ता, भैरवी, धूमावती, बगलामुखी, मातंगी और कमला देवी की विशेष उपासना की जाती है.



गुप्त नवरात्र में इन बातों का रखें ध्यान

गुप्त नवरात्र का पर्व सनातन धर्म में बहुत शुभ माना जाता है जो मां दुर्गा की पूजा के लिए समर्पित है। इस दौरान देवी की पूजा करने से सभी मनोकामनाएं पूरी होती हैं और रोग-दोष दूर होते हैं। हिंदू पंचांग के अनुसार इस साल गुप्त नवरात्र कब शुरू होगी?

सनातन धर्म में नवरात्र का पर्व बहुत शुभ माना जाता है। यह मां दुर्गा के नौ रूपों की पूजा के लिए समर्पित है। गुप्त नवरात्र को तंत्र-मंत्र और गुप्त सिद्धियों के लिए विशेष माना जाता है। इस दौरान देवी की पूजा करने से सभी मनोकामनाएं पूरी होती हैं। कहते हैं कि इस दौरान कठिन उपवास करने से सभी तरह के रोग-दोष दूर होते हैं।

15 जुलाई से शुरू होगी गुप्त नवरात्र

साल 2026 में आषाढ़ मास की गुप्त नवरात्रि 15 जुलाई 2026 से शुरू होकर 23 जुलाई 2026 तक चलेगी। यह साधना, तंत्र-मंत्र और देवी दुर्गा की दस महाविद्याओं की उपासना के लिए अत्यंत गुप्त और शक्तिशाली मानी जाती है।

इन बातों का रखें ध्यान

- इन नौ दिनों में मांसाहार, प्याज, लहसुन और अन्य तामसिक भोजन का सेवन बिल्कुल न करें।
- नवरात्र के दौरान बाल और नाखून काटने से बचें।
- चमड़े से बनी वस्तुओं जैसे बेल्ट, पर्स आदि का प्रयोग न करें।
- घर में शांति और सकारात्मक माहौल बनाए रखें।
- लड़ाई-झगड़े, बहस और अपशब्दों का प्रयोग बिल्कुल न करें।
- व्रती दिन में सोने से बचें।
- मन में किसी के प्रति बुरे विचार न लाएं।
- इन नौ दिनों में ब्रह्मचर्य का पालन करें।
- देवी की पूजा पूरे विधि-विधान से करें।
- पूजा सामग्री और विधि में किसी भी तरह की कमी न छोड़ें।
- स्त्री का अपमान भूलकर भी न करें।

मां की 8 भुजाएं, त्रिनेत्र क्यों हैं किस चीज का देते हैं संकेत

गुप्त नवरात्र आषाढ़ माह में 15 जुलाई से शुरू हो रहे हैं। इन नौ दिनों में मां दुर्गा के नौ रूपों की पूजा की जाती है। मां दुर्गा के हर रूप की अपनी विशेषता है। उनकी आठ भुजाएं हर दिशा से भक्तों की रक्षा करने का संकेत देती हैं जिनमें अलग-अलग अस्त्र और शस्त्र होते हैं।

गुप्त नवरात्र माघ और आषाढ़ माह में मनाए जाते हैं। इस साल अषाढ़ के गुप्त नवरात्र 15 जुलाई से शुरू हो रहे हैं। नवरात्र के 9 दिन मां के नौ रूपों की पूजा की जाती है। उन्हें अम्बे, जगदम्बे, शेरावाली, पहाड़ावाली विभिन्न नामों से पुकारा जाता है। मां दुर्गा ने ये 9 रूप अलग-अलग वजहों से लिए। हर रूप में वह भक्तों का कल्याण करती हैं। इन नौ दिनों में अखंड ज्योति जलाकर मां का ध्यान और आराधना करने से समस्त दुखों का नाश होता है। इस मौके पर चलिए जानते हैं उनके रूप में उनकी भुजाओं, त्रिनेत्र का क्या संकेत है।

मां दुर्गा के हैं 9 रूप

नवरात्रि में हर दिन मां दुर्गा के अलग रूप की पूजा की जाती है। उनके नौ रूप नौ महाविद्याओं को दर्शते हैं। प्रथम शैलपुत्री, दूसरा ब्रह्मचारिणी, तीसरा चंद्रघंटा, चौथा कूष्मांडा, पांचवां स्कंदमाता, छठवां कात्यायनी, सातवां कालरात्रि, आठवां महागौरी और नौंवा सिद्धिदात्री का रूप उन्होंने लिया है। हर रूप एक खास गुण और शक्ति का प्रतीक है।

शक्ति के बिना अधूरे हैं शिव

शिव और शक्ति एक-दूसरे के पूरक है। दोनों के मिलन से ही सृष्टि की रचना और संचालन होता है। शिव के बिना शक्ति निष्क्रिय हैं, और शक्ति बिना शिव के स्थिर नहीं हो सकते हैं। शिव जहां स्थिरता, ध्यान, और संहारक के रूप में जाने जाते हैं। वहीं, शक्ति, शिव की ऊर्जा है, जो ब्रह्मांड की रचना, पालन और संहार का कारण बनती हैं।

आठ दिशाओं से करती हैं रक्षा

मां दुर्गा की मूर्तियों में 8 हाथ दिखाए जाते हैं। हर हाथ में अलग-अलग अस्त्र और शस्त्र होते हैं, जो बुराई से लड़ने के प्रतीक के रूप में दिखाए जाते हैं। मां की अष्ट भुजाएं यह संकेत देती हैं कि वह अपने भक्तों की हर दिशा से रक्षा करती हैं। वह 'त्रिनेत्रधारी' भी कही जाती हैं। उनकी बाई आंख चंद्रमा का प्रतीक है, जो शांति और प्रेम से परिपूर्ण है। दाईं आंख सूर्य का प्रतीक जो ऊर्जा और शक्ति देती है। वहीं, तीसरी आंख अग्नि का प्रतीक है, जो बुराई को नष्ट करने वाली ताकत का प्रतीक है।

सप्ताहिक

बदलते अल्फाज़

चंडीगढ़, रविवार 12 जुलाई से 18 जुलाई 2026

ट्राईसिटी चंडीगढ़/पंचकूला/मोहाली

खबरों का नया स्वरूप

www.badlteyalfaaj.com E-mail:badaltealfaaz@gmail.com

चंडीगढ़ पुलिस और जनता ने मिलाया हाथ

वार्ड नंबर 7 में नशे के खिलाफ महा-अभियान, पार्षद मनोज सोनकर और एसएचओ जसकरण सिंह की मौजूदगी में गूंजीं जन-समस्याएं

एस. के. चौधरी

चंडीगढ़। वार्ड नंबर 7 (मौली जागरण कॉम्प्लेक्स) के नगर खेड़ा मंदिर के पास स्थित डे मार्केट की पार्किंग में आज दोपहर 12:00 बजे नशे के खिलाफ जन-जागरूकता बढ़ाने और कानून-व्यवस्था को मजबूत करने के उद्देश्य से एक बेहद महत्वपूर्ण पुलिस-पब्लिक बैठक का आयोजन किया गया। स्थानीय लोकप्रिय पार्षद श्री मनोज सोनकर के नेतृत्व में आयोजित इस बैठक में मौली जागरण थाना प्रभारी (एसएचओ) जसकरण सिंह, सब-इस्पेक्टर जयपाल, रमेश दंडी सहित पुलिस बल और भारी संख्या में स्थानीय लोग शामिल हुए।

स्थानीय निवासियों ने उठाईं मुख्य समस्याएं और मांगें

बैठक के दौरान वार्ड वासियों ने बिना किसी डर के पुलिस प्रशासन के सामने अपनी प्रमुख समस्याएं रखीं और जरूरी

सुझाव दिए

लोगों ने कहा कि पुलिस की गाड़ी जब हूटर बजाते हुए आती है, तो अपराधी पहले ही सतर्क होकर भाग जाते हैं। इसलिए रात के समय पुलिस कर्मियों को सिविल ड्रेस में पैदल मार्च करना चाहिए।

भाजपा नेता राजपाल डोगरा व अन्य निवासियों ने बताया कि मौली कॉम्प्लेक्स, विकास नगर और रामलीला मैदान के पार्कों में शरारती तत्व झुंड बनाकर नशा करते हैं और इंजेक्शन लगाते हैं। इन्हें रोकने पर ये लोग हुल्लड़बाजी और पथराव पर उतारू हो जाते हैं।

जिला उपाध्यक्ष अरविंद सिंह ने मुद्दा उठाया कि हाल ही में जेल से जमानत पर बाहर आए कुछ लड़के दोबारा आपराधिक गतिविधियों में संलिप्त हो रहे हैं, जिन पर तुरंत नकेल कसी जानी चाहिए।

> "केवल पुलिस के भरोसे नशा मुक्त समाज नहीं बन सकता। अभिभावकों को भी जागरूक होना होगा और अपने बच्चों की निगरानी करनी होगी।"
>
> – मनोज सोनकर, पार्षद

पार्षद मनोज सोनकर ने विशेष रूप से रेखांकित किया कि राजीव कॉलोनी के लड़के यहां आकर नशा और गुंडागर्दी फैलाते हैं। पूर्व में हुई एक मर्डर की वारदात में भी इन्हीं का हाथ था, अतः इन पर सख्त कार्रवाई हो।

मंडी में अत्यधिक भीड़ और अव्यवस्था के कारण एम्बुलेंस जैसी आपातकालीन गाड़ियों को निकलने का रास्ता नहीं मिलता, जिसे तुरंत व्यवस्थित करने की मांग की गई।

मुफ्त इलाज और सख्त कार्रवाई का भरोसाः थाना प्रभारी जसकरण सिंह ने जनता के साथ अपना व्यक्तिगत नंबर साझा करते हुए कहा कि हर एरिया में 'बीट इंचार्ज' तैनात कर दिए गए हैं। उन्होंने एक बड़ी घोषणा करते हुए कहा कि जो बच्चे नशे की लत में पड़ चुके हैं, उन्हें पुलिस के पास लाएं, प्रशासन उनका मुफ्त इलाज और पुनर्वास करवाएगा। वहीं, अपराधियों को किसी भी कीमत पर बख्शा नहीं जाएगा।

राजनीतिक और सामाजिक गणमान्य व्यक्तियों की रही गरिमामयी उपस्थिति

इस बैठक को सफल बनाने में भारतीय जनता पार्टी के वरिष्ठ पदाधिकारियों, युवा कार्यकर्ताओं और सामाजिक संस्थाओं के प्रतिनिधियों ने बढ़-चढ़कर भाग लिया। बैठक में मुख्य रूप से रामकुमार चौधरी, जिला उपाध्यक्ष अरविंद सिंह, मंडल अध्यक्ष बंटी सिंह, जिला महामंत्री पवन वर्मा, मंडल महामंत्री हरीश गुप्ता व अनिल सेन, कृष्ण गोपाल, तारा देवी, मंडल युवा मोर्चा अध्यक्ष जितेंद्र झा, महिला मोर्चा अध्यक्ष मंजू वर्मा, रूबी रानी, एससी मोर्चा अध्यक्ष संदीप देशवाल, ओबीसी मोर्चा अध्यक्ष राम लालन, प्रदेश कार्य समिति सदस्य राजपाल डोंगर, बलविंदर मेहरा, महादेव चौरसिया, प्रदीप मलिक (मोंटी), भाजपा महामंत्री बच्चा सिंह, लल्लन यादव और मौर्य जी शामिल रहे। इसके साथ ही चंडीगढ़ राजस्थान परिवार के अध्यक्ष भैरो गिरि भी विशेष रूप से उपस्थित रहे।

डड्डूमाजरा डंपिंग ग्राउंडः करोड़ों खर्च के बाद भी घरों तक पहुंच रहा जहरीला पानी, ममता डोगरा ने प्रशासन को घेरा

चंडीगढ़। राज्यपाल और प्रशासनिक अधिकारियों द्वारा डड्डूमाजरा डंपिंग ग्राउंड पर आयोजित होने वाले पौधारोपण कार्यक्रम से ठीक पहले प्रशासन की कार्यप्रणाली पर गंभीर सवाल खड़े हो गए हैं। वार्ड नंबर 26 की स्थानीय निवासी और महिला कांग्रेस प्रदेश सचिव ममता डोगरा ने प्रशासन पर जनता को गुमराह करने और करोड़ों रुपये की बबार्दी का आरोप लगाते हुए उसका असली चेहरा उजागर किया है। ममता डोगरा ने कहा कि प्रशासन ने डंपिंग ग्राउंड के चारों तरफ करोड़ों रुपये की भारी-भरकम लागत से दीवार का निर्माण तो करवा दिया, लेकिन कचरे से निकलने वाले दूषित और जहरीले पानी (लीचेट) को रोकने में वह पूरी तरह नाकाम रहा है। यह बदबूदार पानी दीवार से रिसकर अब स्थानीय निवासियों के घरों तक पहुंच रहा है, जिससे डड्डूमाजरा के लोगों का जीना दूभर हो गया है। ममता डोगरा ने सवाल उठाया कि जब जनता के टैक्स के करोड़ों रुपये इस प्रोजेक्ट पर खर्च किए गए, तो आज भी क्षेत्र के लोगों को इस गंभीर समस्या से राहत क्यों नहीं मिली? उन्होंने आरोप लगाया कि डंपिंग ग्राउंड के सुधार के नाम पर केवल कागजी और दिखावे के काम किए गए हैं, जबकि जमीनी हकीकत जस की तस बनी हुई है।

चंडीगढ़ में पंजाब के किसानों का हल्लाबोल, भारत-अमेरिका ट्रेड डील और भूमि पूलिंग नीति के खिलाफ निकाला रोष मार्च

संवाददाता, चंडीगढ़।

संयुक्त किसान मोर्चा के आह्वान पर शुक्रवार को चंडीगढ़ में पंजाब के हजारों किसानों ने इकट्ठा होकर केंद्र और राज्य सरकार के खिलाफ जोरदार प्रदर्शन किया। भारत-अमेरिका के बीच प्रस्तावित फ्री ट्रेड डील और पंजाब सरकार की नई भूमि पूलिंग नीति के विरोध में निकाले गए इस मार्च के कारण चंडीगढ़ के कई इलाकों में चक्काजाम की स्थिति बन गई। किसान नेता जोगिंदर सिंह उग्राहं की अगुवाई में किसान पहले सेक्टर-34 के एग्जीबिशन ग्राउंड में जुटे। इसके बाद वे ट्रैक्टर-ट्रॉलियों, गाड़ियों और बसों में सवार होकर सेक्टर-17 के मटका चौक पहुंचे। इस दौरान कई किसान बसों की छत पर भी बैठे नजर आए। चंडीगढ़ प्रशासन ने किसानों को दोपहर 12:30 से 2:00 बजे तक (करीब डेढ़ घंटे) के लिए ही रैली की मंजूरी दी थी। तय समय के बाद किसान शांतिपूर्वक वापस सेक्टर-34 पंडाल लौट गए। मटका चौक और सेक्टर-34 में भारी पुलिस बल तैनात किया गया था। पुलिस ने बैरिकेडिंग कर किसानों को आगे बढ़ने से रोका। ट्रैफिक सुचारू रखने के लिए प्रशासन को कई रूट डायवर्ट करने पड़े।

किसान मुख्य रूप से दो बड़ी मांगों और चिंताओं को लेकर सड़कों पर उतरे हैं:

1. **भारत-अमेरिका मुक्त व्यापार समझौता:** किसानों का आरोप है कि केंद्र सरकार की इस डील से अमेरिका के सस्ते कृषि और डेयरी उत्पाद भारतीय बाजारों में आ जाएंगे। इससे स्थानीय किसानों की फसलों की मांग घटेगी और उनकी आमदनी पर बेहद बुरा असर पड़ेगा।
2. **पंजाब सरकार की भूमि पूलिंग नीति:** प्रदर्शनकारी पंजाब सरकार की नई लैंड पूलिंग पॉलिसी का भी विरोध कर रहे हैं। उनका कहना है कि यह नीति किसानों के हितों के खिलाफ है और इससे कृषि योग्य भूमि को नुकसान पहुंचेगा।

पंचकूला में राज्य स्तरीय कार्यक्रमः ड्रग्स मुक्त हरियाणा के लिए मुख्यमंत्री ने एनजीओ और केमिस्ट एसोसिएशन से किया

संवाददाता, पंचकूला।

हरियाणा को पूरी तरह से नशा मुक्त बनाने के संकल्प को दोहराते हुए मुख्यमंत्री ने पंचकूला में आयोजित 'ड्रग्स मुक्त हरियाणा' अभियान के राज्य स्तरीय कार्यक्रम में मुख्य अतिथि के रूप में शिरकत की। इस विशेष कार्यक्रम में राज्य भर से आए स्वयंसेवी संगठनों और केमिस्ट एसोसिएशन के पदाधिकारियों ने हिस्सा लिया। मुख्यमंत्री ने सभी हितधारकों के साथ सीधा संवाद करते हुए इस मुहिम को एक जन-आंदोलन बनाने का आह्वान किया।

नशा तस्करों पर कड़ा प्रहार, केमिस्टों से सहयोग की अपील

के दौरान मुख्यमंत्री ने स्पष्ट किया कि राज्य सरकार नशा तस्करी और अवैध दवाओं के कारोबार को लेकर बेहद गंभीर है। उन्होंने केमिस्ट एसोसिएशन के प्रतिनिधियों को संबोधित करते हुए कहा कि दवा विक्रेता समाज का एक जिम्मेदार हिस्सा हैं। मुख्यमंत्री ने उनसे अपील की कि वे बिना डॉक्टर के पर्चे के नशीली या प्रतिबंधित दवाएं कतई न बेचें। सरकार द्वारा संचालित 'साथी' (Saathi) ऐप और अन्य डिजिटल प्रणालियों के माध्यम से दवाओं के स्टॉक और बिक्री की निगरानी को और कड़ा किया जा रहा है।

एनजीओ की भूमिका को बताया महत्वपूर्ण

मुख्यमंत्री ने नशा मुक्ति और पुनर्वास के क्षेत्र में काम कर रहे एनजीओ के प्रयासों की सराहना की। उन्होंने कहा कि कानून अकेले इस सामाजिक बुराई को खत्म नहीं कर सकता; इसके लिए सामाजिक जागरूकता और जमीनी स्तर पर काम करने वाले संगठनों का सहयोग अनिवार्य है। एनजीओ को पीड़ित युवाओं की काउंसलिंग करने और उन्हें समाज की मुख्यधारा से जोड़ने के लिए और अधिक सक्रिय होने को कहा गया है। पुलिस प्रशासन और ड्रग कंट्रोल विभाग को मेडिकल स्टोरों की नियमित चेकिंग और सीसीटीवी कैमरों की निगरानी सुनिश्चित करने के निर्देश दिए गए हैं। संदिग्ध गतिविधियों या अवैध ड्रग्स की बिक्री की सूचना तुरंत पुलिस को देने के लिए केमिस्टों और आम जनता को प्रेरित किया गया। युवाओं को खेल और रचनात्मक कार्यों से जोड़ने के लिए प्रदेश के सभी जिलों में ब्लॉक स्तर तक जागरूकता कार्यक्रम चलाए जाएंगे। मुख्यमंत्री ने कार्यक्रम के अंत में उपस्थित सभी लोगों को नशामुक्त समाज के निर्माण की शपथ दिलाई और कहा कि जब तक हरियाणा का एक-एक युवा नशे की गिरफ्त से बाहर नहीं आ जाता, तब तक सरकार की यह जंग जारी रहेगी।

पार्षद ने वार्ड के क्षेत्र एवं पार्कों का किया निरीक्षण

पंचकूला। पंचकूला में दो दिनों से जारी भारी बारिश के बाद उपजे जलभराव और सड़कों की स्थिति का जायजा लेने स्थानीय पार्षद राकेश जोगोता खुद जमीन पर उतरे।

उन्होंने पंचकूला के सेक्टर 4 और अपने वार्ड क्षेत्र के पार्कों और मुख्य सड़कों का सघन निरीक्षण किया जहां लगातार बरसात के कारण कई जगह गहरे गड्ढे बन गए थे।

इन गड्ढों से राहगीरों और वाहन चालकों को हो रही भारी असुविधा को देखते हुए पार्षद ने तुरंत कड़ा संज्ञान लिया। उन्होंने मौके पर ही अपनी विभागीय टीम और कर्मचारियों को बुलाकर सभी छोटे-बड़े गड्ढों को तुरंत भरने और डैमेज सड़कों की मरम्मत का कार्य शुरू करने के कड़े निर्देश दिए।

पार्षद राकेश जोगोता ने टीम को हिदायत दी है कि जलभराव वाले पॉइंट और गड्ढों को प्राथमिकता के आधार पर दुरुस्त किया जाए ताकि किसी भी तरह के हादसे को रोका जा सके और सेक्टर वासियों को आवागमन में कोई परेशानी न हो। उनके इस त्वरित एक्शन के बाद कर्मचारियों ने प्रभावित हिस्सों में मरम्मत का कार्य युद्धस्तर पर शुरू कर दिया है।

भाजपा का पंजाब स्थानीय निकाय चुनावों को लेकर राज्यपाल को सौंपा ज्ञापन

आप अल्पमत में होने के बावजूद प्रशासनिक दुरुपयोग के जरिए जबरन बना रही मेयरः ढिल्लों

संवाददाता, चंडीगढ़।

पंजाब में सत्तारूढ़ आम आदमी पार्टी सरकार के खिलाफ भारतीय जनता पार्टी ने मोर्चा खोल दिया है। भाजपा ने नगर निगमों, नगर परिषदों के चुनावों और उसके बाद मेयर व परिषद अध्यक्षों के चुनाव के दौरान सरकारी मशीनरी के कथित दुरुपयोग और गुंडागर्दी को लेकर 'आप' पर तीखा हमला बोला है।

पंजाब भाजपा अध्यक्ष सरदार केवल सिंह ढिल्लों के नेतृत्व में पार्टी के एक उच्च स्तरीय प्रतिनिधिमंडल ने आज पंजाब के राज्यपाल गुलाब चंद कटारिया से मुलाकात की। प्रतिनिधिमंडल ने राज्य में संवैधानिक मानदंडों और लोकतांत्रिक संस्थाओं की रक्षा के लिए राज्यपाल को एक विस्तृत ज्ञापन सौंपकर उनके तत्काल हस्तक्षेप की मांग की।

प्रशासनिक हेरफेर और गुंडागर्दी के आरोप

मुलाकात के बाद मीडिया को संबोधित करते हुए केवल सिंह ढिल्लों ने 'आप' सरकार पर राजनीतिक लाभ के लिए पूरी चुनावी प्रक्रिया को विकृत करने का आरोप लगाया। उन्होंने कहाः

वार्डों का गलत परिसीमनः सत्तारूढ़ दल ने सबसे पहले अपने हितों के अनुसार वार्डों के परिसीमन में हेरफेर की।

उम्मीदवारों को डराना-धमकानाः विपक्ष के उम्मीदवारों को डराया गया, उनके नामांकन पत्र छीने गए और उन्हें चुनाव लड़ने से रोकने का प्रयास किया गया।

गिनती में गड़बड़ीः मतदान और मतगणना के दौरान प्रशासन की मिलीभगत से खुलेआम अनियमितताएं की गईं।

जनादेश की लूटः बहुमत न होने के बावजूद, 'आप' सरकार प्रशासनिक हेरफेर के जरिए अपने उम्मीदवारों को मेयर और अध्यक्ष पदों पर बैठा रही है।

अबोहर, राजपुरा और कपूरथला के उदाहरण

प्रतिनिधिमंडल ने राज्यपाल के सामने दस्तावेजी सबूत पेश करते हुए दिखाया कि कैसे नौकरशाही के दुरुपयोग से जनता के जनादेश को बदला गया।

अबोहर नगर निगम का उदाहरणः ढिल्लों ने बताया कि 50 सदस्यीय सदन में भाजपा के पास 28 पार्षदों और एक विधायक के समर्थन के साथ स्पष्ट बहुमत था, जबकि आप के पास केवल 20 वोट थे। इसके बावजूद प्रशासन ने आप के उम्मीदवार को मेयर घोषित कर दिया। भाजपा के कड़े विरोध के बाद मेयर चुनाव को स्थगित करना पड़ा।

उन्होंने आगे आरोप लगाया कि इसी तरह के हथकंडे राजपुरा, कपूरथला, बरनाला और पंजाब के कई अन्य हिस्सों में भी अपनाए गए, जो संवैधानिक लोकतंत्र पर एक गंभीर हमला है।

भाजपा की मुख्य मांगें

भाजपा ने अपने ज्ञापन में राज्यपाल से निम्नलिखित मांगें की हैं:

स्वतंत्र जांचः चुनावों के दौरान हुए संवैधानिक उल्लंघनों और अधिकारियों की भूमिका की जांच के लिए राज्य सरकार से बाहर की एक स्वतंत्र, निष्पक्ष और समयबद्ध अथॉरिटी का गठन किया जाए।

रिकॉर्ड का संरक्षणः अबोहर, कपूरथला, राजपुरा, बरनाला और अन्य प्रभावित शहरों के स्थानीय निकायों से संबंधित सभी चुनावी रिकॉर्ड, वीडियोग्राफी और आधिकारिक दस्तावेजों को तुरंत सुरक्षित कर उनकी जांच की जाए।

अधिकारियों पर कार्रवाईः राजनीतिक दबाव में अवैध रूप से काम करने वाले अधिकारियों के खिलाफ सख्त कानूनी कार्रवाई की जाए।

पुनः चुनावः जहां भी चुनावी प्रक्रिया से समझौता किया गया है, वहां फिर से स्वतंत्र और निष्पक्ष चुनाव कराए जाएं।

राज्यपाल गुलाब चंद कटारिया ने भाजपा प्रतिनिधिमंडल की चिंताओं को ध्यान से सुना और आश्वासन दिया कि आरोपों की निष्पक्ष जांच की जाएगी और कानून के अनुसार उचित कार्रवाई की जाएगी। इस प्रतिनिधिमंडल में पंजाब भाजपा अध्यक्ष सरदार केवल सिंह ढिल्लों के साथ वरिष्ठ भाजपा नेता सुनील जाखड़, अश्वनी शर्मा, जंगी लाल महाजन, राकेश राठौर, दयाल सिंह सोढी, परमिंदर सिंह बराड़, अमनजोत कौर रामूवालिया, सुभाष शर्मा, विनीत जोशी और काका कंबोज शामिल थे।

राज्यपाल ने पुनरुद्धार किए गए डड्डू माजरा डंपसाइट पर वन महोत्सव का नेतृत्व किया, चंडीगढ़ के हरित परिवर्तन की सराहना की

संवाददाता, चंडीगढ़।

चंडीगढ़ की पर्यावरणीय यात्रा में एक ऐतिहासिक मील का पत्थर स्थापित करते हुए, पंजाब के राज्यपाल और केंद्र शासित प्रदेश चंडीगढ़ के प्रशासक गुलाब चंद कटारिया ने शनिवार को डड्डू माजरा के पुनरुद्धार किए गए विरासत अपशिष्ट (लेगेसी वेस्ट) स्थल पर वन महोत्सव वृक्षारोपण अभियान का नेतृत्व किया। उन्होंने इस विशाल डंपिंग ग्राउंड के एक जीवंत हरित क्षेत्र में हुए परिवर्तन को टिकाऊ पर्यावरणीय जीर्णोद्धार का एक शानदार उदाहरण बताया।

सभा को संबोधित करते हुए प्रशासक ने कहा कि भारत के सांस्कृतिक लोकाचार में हमेशा पृथ्वी को माता माना गया है, जिससे प्रकृति की रक्षा और पोषण करना हर नागरिक की सामूहिक जिम्मेदारी बन जाती है। उन्होंने इस बात पर जोर दिया कि पेड़ जीवन का आधार हैं, जो ऑक्सीजन प्रदान करते हैं, पारिस्थितिक संतुलन बनाए रखते हैं और जैव विविधता को सहारा देते हैं। उन्होंने हर नागरिक से कम से कम एक पेड़ लगाने और उसका पोषण करने का आग्रह किया।

चंडीगढ़ की पर्यावरणीय पहलों पर प्रकाश डालते हुए, श्री कटारिया ने डड्डू माजरा डंपिंग ग्राउंड के एक हरित वृक्षारोपण क्षेत्र में बदलने को वैज्ञानिक योजना और निरंतर प्रयासों का एक अनूठा उदाहरण बताया। उन्होंने कहा कि यह परियोजना दशार्ती है कि कैसे खराब हो चुकी भूमि को आने वाली पीढ़ियों के लिए एक मूल्यवान हरित संपत्ति में बदला जा सकता है। इस बात पर जोर देते हुए कि वृक्षारोपण अभियानों की सफलता को केवल लगाए गए पेड़ों की संख्या के बजाय पेड़ों के जीवित रहने की दर (सर्वाइवल रेट) से मापा जाना चाहिए, उन्होंने वैज्ञानिक वृक्षारोपण, नियमित निगरानी और दीर्घकालिक रखरखाव का आह्वान किया।

प्रशासक ने एक वैज्ञानिक वृक्षारोपण कार्य योजना तैयार करने के लिए मेयर श्री सौरभ जोशी और नगर निगम चंडीगढ़ की सराहना की। इसके साथ ही उन्होंने वन महोत्सव अभियान को सफल बनाने में सरकारी विभागों, एनएसएस स्वयंसेवकों, रेजिडेंट वेलफेयर एसोसिएशनों, स्वैच्छिक संगठनों और नागरिकों के सामूहिक प्रयासों की भी तारीफ की। उन्होंने विश्वास व्यक्त किया कि चंडीगढ़ की पर्यावरणीय पहल देश भर में इसी तरह के प्रयासों को प्रेरित करेगी।

प्रशासक ने डड्डू माजरा डंपिंग ग्राउंड में कपूर (ङेंस्रँङ्ग१) का पौधा लगाकर वृक्षारोपण अभियान का औपचारिक उद्घाटन किया। उन्होंने वन और वन्यजीव विभाग की 'ग्रीनिंग चंडीगढ़ एक्शन प्लान' (ॠउअढ) पुस्तिका का विमोचन भी किया। इसके

अलावा, उन्होंने नागरिकों के बीच विभिन्न पौधों की प्रजातियों के पौधे वितरित करने के लिए 'वन विभाग आपके द्वार' पहल के तहत तीन वाहनों को हरी झंडी दिखाई। साथ ही, उन्होंने राष्ट्रीय स्वच्छ वायु कार्यक्रम (ठ-उअढ) के तहत तैनात 11 वाहनों को भी रवाना किया, जिनमें प्रभावी वायु गुणवत्ता प्रबंधन के लिए वाटर स्प्रिंकलर, जेटिंग मशीन और अन्य उपकरण शामिल हैं।

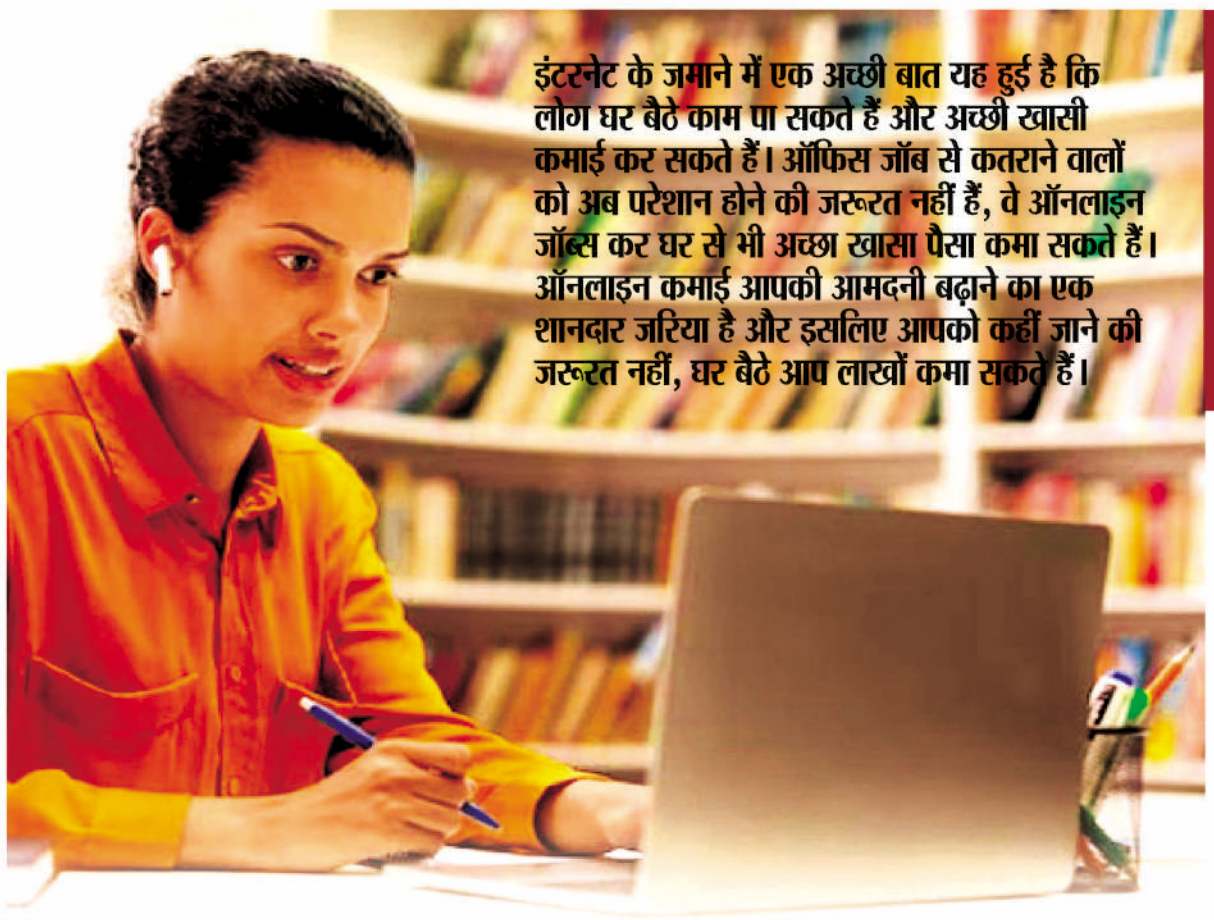
सभा को संबोधित करते हुए मेयर श्री सौरभ जोशी ने कहा कि पुनरुद्धार किए गए डड्डू माजरा स्थल को एक सुंदर हरे-भरे परिदृश्य में बदल दिया गया है, जहां निवासी अब कचरे के ऊंचे पहाड़ से निकलने वाली दुर्गंध को सहन करने के बजाय ताजी और सुगंधित हवा में सांस ले सकते हैं। पहले की चुनौतीपूर्ण स्थितियों को याद करते हुए उन्होंने कहा कि नगर निगम चंडीगढ़ ने प्रशासक, जनप्रतिनिधियों, स्थानीय निवासियों और सभी हितधारकों के अटूट सहयोग से विरासत अपशिष्ट के उपचार (लेगेसी वेस्ट रेमेडिएशन) को सफलतापूर्वक पूरा किया है। उन्होंने पूरी परियोजना के दौरान निरंतर मार्गदर्शन, समय पर समीक्षा और लगातार सहयोग के लिए श्री गुलाब चंद कटारिया के प्रति आभार व्यक्त किया।

मेयर ने आगे कहा कि विरासत अपशिष्ट स्थल का सफल उपचार चंडीगढ़ की सबसे बड़ी पर्यावरणीय चुनौतियों में से एक के अंत का प्रतीक है। उन्होंने सूचित किया कि डंपिंग ग्राउंड से जुड़े सभी बड़े मुकदमों और वैधानिक बाधाओं को सुलझा लिया गया है, जिससे पुनरुद्धार की गई भूमि के व्यापक पारिस्थितिक जीर्णोद्धार और सतत विकास का मार्ग प्रशस्त हुआ है। उन्होंने कहा कि यह परियोजना वैज्ञानिक अपशिष्ट प्रबंधन और पर्यावरण संरक्षण के प्रति निगम की प्रतिबद्धता को दशार्ती है।

गृह सचिव-सह-सचिव (स्थानीय सरकार) मंदीप सिंह बराड़ (कअर) ने पर्यावरण संरक्षण के प्रति प्रशासक की निरंतर प्रतिबद्धता पर प्रकाश डाला। उन्होंने उल्लेख किया कि वन महोत्सव 2025 से ही श्री गुलाब चंद कटारिया ने लगातार न केवल वृक्षारोपण बल्कि पौधों के जीवित रहने और उनके रखरखाव पर जोर दिया है।

उन्होंने कहा कि इस दृष्टिकोण ने चंडीगढ़ के हरित क्षेत्र को बढ़ाने के प्रयासों को मजबूत किया है। सफल विरासत अपशिष्ट उपचार परियोजना का जिक्र करते हुए उन्होंने कहा कि शहर अब नगर निगम के ठोस कचरे के स्थायी प्रसंस्करण के लिए इंडियन ऑयल कॉर्पोरेशन लिमिटेड द्वारा एक कंप्रेस्ड बायोगैस (उइॠ) प्लांट की स्थापना के साथ वैज्ञानिक अपशिष्ट प्रबंधन की ओर बढ़ रहा है। उन्होंने इस पर्यावरणीय मील के पत्थर को हासिल करने में सामूहिक प्रयासों के लिए नगर निगम, तकनीकी एजेंसियों और स्थानीय निवासियों की भी सराहना की।

इससे पहले, सौरभ कुमार (कऋर) ने सभा को वन महोत्सव कार्यक्रम और इस वर्ष के अभियान के दौरान चंडीगढ़ में नियोजित वृक्षारोपण कार्यक्रम के बारे में जानकारी दी। उन्होंने इस बात पर जोर दिया कि शहर के हरित आवरण और पारिस्थितिक संतुलन को और मजबूत करने के लिए स्वदेशी प्रजातियों के साथ व्यापक वृक्षारोपण अभियान चलाए जाएंगे।



इंटरनेट के जमाने में एक अच्छी बात यह हुई है कि लोग घर बैठे काम पा सकते हैं और अच्छी खासी कमाई कर सकते हैं। ऑफिस जॉब से कतराने वालों को अब परेशान होने की जरूरत नहीं हैं, वे ऑनलाइन जॉब्स कर घर से भी अच्छा खासा पैसा कमा सकते हैं। ऑनलाइन कमाई आपकी आमदनी बढ़ाने का एक शानदार जरिया है और इसलिए आपको कहीं जाने की जरूरत नहीं, घर बैठे आप लाखों कमा सकते हैं।

ऑनलाइन सेलिंग

आप ऑनलाइन सेलिंग के जरिए अच्छी कमाई कर सकते हैं। ऐसे कई लोग हैं जो अपने प्रॉडक्ट को अमेजन, फ्लिपकार्ट, ईबे जैसी बड़ी शॉपिंग वेबसाइट्स पर बेचकर लाखों कमा रहे हैं। आपको सबसे पहले तय करना होगा कि कौन-सा प्रोडक्ट सेल करना चाहते हैं। इसके बाद इन साइट्स पर साइनअप करें और अपने प्रोडक्ट को बेचना शुरू कर दें। आपके ऑर्डर आपके मेल बॉक्स में आ जाएंगे और आपको इन्हें कुरियर कंपनी के माध्यम से डिलीवर करने होंगे।

यूट्यूब से कमाएं

अभी तक भले ही आपने यूट्यूब का इस्तेमाल केवल मनोरंजन के लिए किया है तो अब जरा इसका दूसरा पहलू देख लें। आप यूट्यूब के माध्यम से अच्छा खास पैसा भी कमा सकते हैं। इसके लिए आपको इसके लिए यू-ट्यूब पर एक चैनल बनाना होगा और फिर उस पर यूनिक वीडियो अपलोड करनी होंगी। इसके बाद गूगल एडसेंस का अप्रूवल लेकर अपने हर वीडियो से आप पैसे कमा सकते हैं। जितना अधिक आपकी वीडियो देखी जाएगी, उतना ही पैसा आप कमाएंगे।

माइक्रो जॉब्स

माइक्रो जॉब्स का सीधा सा मतलब छोटे-छोटे टास्क पूरा करने से है। छोटे-छोटे काम पूरा करने में आपको कुछ ही सेकंड्स लगेंगे लेकिन अच्छी कमाई भी होगी।

ब्लॉगिंग

यह एक शानदार जॉब है। अगर आपको लिखने का शौक है तो ब्लॉगर के तौर पर आप घर बैठे अच्छी खासी कमाई कर सकते हैं। आप एक पेड ब्लॉग भी बना सकते हैं। अगर आपका अपना ब्लॉग है तो आप अपने ब्लॉग पर कई प्रोडक्ट्स का प्रचार कर सकते हैं। कई कंपनियां अपने प्रोडक्ट्स के प्रचार के लिए पैसा देती है।

कैसे करें आइलेट्स की तैयारी

आप अक्सर लोगों को आइलेट्स की तैयारी के बारे में बात करते देखते होंगे। हो सकता है कि आपके बच्चे भी आइलेट्स की तैयारी कर रहे हों। आइलेट्स की परीक्षा ऑस्ट्रेलिया, यूके, न्यूजीलैंड, यूएसए और कनाडा जैसे अंग्रेजी बोलने वाले देशों शिक्षा के लिए जरूरी होती है। भारत में रहने वाले ढेर सारे बच्चे हर साल इस परीक्षा की तैयारी करते हैं। इस आर्टिकल में जानते हैं कि आइलेट्स की तैयारी कैसे करनी चाहिए। साथ ही किन बातों को ध्यान में रखना चाहिए।

आइलेट्स का सिलेबस

आइलेट्स का सिलेबस आसान भी होता है और मुश्किल भी। परीक्षा को 4 भाग में विभाजित किया गया है जिसमें रीडिंग, स्पीकिंग, राइटिंग और लिस्टनिंग शामिल है। इन चारों मुख्य बिंदु के साथ-साथ आपको जर्नल नॉलेज पर भी अच्छी कमांड रखनी चाहिए।

सबसे पहले पेपर को समझें

आइलेट्स की परीक्षा के दौरान उम्मीदवारों के पास 2 घंटे 45 मिनट का समय होता है। इस दौरान रीडिंग, राइटिंग, स्पीकिंग और लिसनिंग जैसे चरण पार करने होते हैं। कोशिश करें कि आप इस फॉर्मेट को समझें और उसी के मुताबिक पेपर की तैयारी करने की कोशिश करें। समय सीमा को दिमाग में रखकर तैयारी करने वाले उम्मीदवारों के लिए आइलेट्स की परीक्षा कलियर करना थोड़ा आसान होता है।

रोजाना करें प्रैक्टिस

आइलेट्स समेत किसी भी परीक्षा की तैयारी के लिए जरूरी है कि आप रोजाना अभ्यास करें। लिखने, बोलने और सुनने से समझ आएगा कि आप कहां चुक रहे हैं। स्पीड को बढ़ाने का सबसे अच्छा तरीका भी रोजाना अभ्यास करना है।

ऑनलाइन फ्री क्लासेस का उठाएं फायदा

आज आपको ऑनलाइन फ्री क्लासेस के कई विकल्प मिल जाएंगे। यूटयूब समेत कई प्लेटफॉर्म पर ऑनलाइन फ्री क्लासेस दी जाती हैं जहां से आप घर बैठे-बैठे पढ़ाई कर सकते हैं।

फ्री टेस्ट अटेम्प्ट करें

सिर्फ तैयारी करने से ही नहीं बल्कि अपनी तैयारी को देखने के लिए टेस्ट भी दें। टेस्ट देने से आपकी तैयारी किस दिशा में जा रही है और आपको कितने तैयारी की जरूरत है या साफ हो जाता है।

डीप लर्निंग इंजीनियर के लिए विभिन्न क्षेत्रों में हैं नौकरी के अवसर

करियर में इन लर्निंग से कम समय में बेहिसाब सफलता मिल सकती है। यह निश्चित रूप से संभव है, लेकिन इसके लिए कुछ महत्वपूर्ण बातों का ध्यान रखना बेहद जरूरी होता है। सबसे पहले, आपको यह सुनिश्चित करना होगा कि आप जिस क्षेत्र में अपना करियर बनाना चाहते हैं, उसमें आपकी रुचि और प्रतिभा हो। अगर आप किसी क्षेत्र में रुचि नहीं रखते हैं, तो आपको सफल होने के लिए काफी मुश्किलों का सामना करना पड़ सकता है। आप इन आसान तरीकों से करियर में गोल सेट कर सकते हैं और लर्निंग हासिल कर सकते हैं।

कैरियर काउंसलर के मुताबिक कृत्रिम मेधा ने मशीनी दुनिया को एक नई पहचान दी है। इसके नए-नए आविष्कारों से लोगों को न सिर्फ सहूलियत मिल रही हैं, बल्कि तकनीकी विकास से हाल के दौर में इससे जुड़े क्षेत्र युवाओं में भी काफी लोकप्रिय हो रहे हैं। आज युवा मशीन लर्निंग व डीप लर्निंग की बात कर रहे हैं। मशीन लर्निंग, आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस यानी कृत्रिम मेधा का एक भाग है। वहीं डीप लर्निंग, मशीन लर्निंग का एक भाग होने के साथ एक मल्टी न्यूरल नेटवर्क भी है, जो मस्तिष्क की संरचना और कार्य से प्रेरित होता है और उसे मशीन में उतारने की कोशिश करता है।

सुनियोजित तरीके से क्यों रखे कदम

डीप लर्निंग के क्षेत्र में करियर बनाने के लिए आप 12वीं साइंस स्ट्रीम से करने के बाद जेईई मेन, जेईई एडवांस्ड जैसी प्रवेश परीक्षाएं देकर बीटेक और बी ई ग्रेजुएशन कोर्स में दाखिला ले सकते हैं। स्नातक करने के बाद अगर आप इस क्षेत्र में अपने नॉलेज के लेवल को बढ़ाना चाहते हैं, तो पोस्ट ग्रेजुएशन में प्रवेश के लिए गेट परीक्षा देकर एमटेक और एम ई कर सकते हैं।

सर्टिफिकेट कोर्स के क्या हैं फायदे

डीप लर्निंग के क्षेत्र में अपनी योग्यता को बढ़ाने के लिए आप ग्रेजुएशन व पोस्ट ग्रेजुएशन के बाद किसी मान्यता प्राप्त संस्थान से पीजी में मशीन लर्निंग एंड बिग डाटा एनालिटिक्स, बिग डाटा आदि सब्जेक्ट में सर्टिफिकेट कोर्स कर के अपने करियर को शेप दे सकते हैं। ये सर्टिफिकेट कोर्स न केवल आपकी योग्यता को बढ़ाने में मदद करेंगे, बल्कि इस क्षेत्र में आपको प्रैक्टिकल स्किल्स भी दिलाएंगे।

इंटर्नशिप से ऐसे करें शुरुआत

अगर आप डीप लर्निंग के क्षेत्र में अभी शुरुआती पड़ाव पर हैं, तो ऐसी कंपनियों की तलाश करें, जहां आप बतौर इंटर्न के तौर पर न्यूरल नेटवर्क, डाटा विश्लेषण और मशीन लर्निंग के क्षेत्र में कार्य करके अपना अनुभव बढ़ा सकते हैं। इंटर्नशिप के साथ-साथ नेटवर्किंग में सक्रिय रहें, मजबूत ऑनलाइन मौजूदगी बनाएं और काम के क्षेत्र में अपने स्किल्स और क्रिएटिविटी को भी समय-समय पर अपने मैनेजर के सामने प्रजेंट करें। उन कंपनियों को तलाशें जहां न्यूरल नेटवर्क और मशीन लर्निंग में इंटर्नशिप की जा सकती हो। इससे आप अपनी प्लानिंग को आसानी से इंप्लिमेंट कर पाएंगे।

क्या है जरूरी योग्यताएं

डीप लर्निंग इंजीनियर बनने के लिए आपके पास औपचारिक शैक्षिक योग्यताओं के अलावा इस क्षेत्र से संबंधित कौशल का होना भी अनिवार्य है। आपको क्लाउड कंप्यूटिंग का ज्ञान, एल्गोरिदम की समझ और पाइथन, जावा, जावा स्क्रिप्ट जैसी प्रोग्रामिंग लैंग्वेजेज का ज्ञान होना बेहद जरूरी है।

संभावनाएं व सैलरी

एक डीप लर्निंग इंजीनियर के लिए विभिन्न क्षेत्रों में नौकरी के अवसर मौजूद हैं, जिनमें सेवाएं शामिल हैं। वहीं, कैरियर काउंसलर का मानना है कि सफल करियर बनाने के लिए अलग-अलग अनुभव लेना, उन्हें समझना और उन अनुभवों से अपने आपको सही रास्ता दिखाना बहुत जरूरी होता है।

- सॉफ्टवेयर और सूचना सेवाएं
- मैन्युफैक्चरिंग
- वित्त व बीमा
- हेल्थ केयर एंड सोशल असिस्टेंट
- व्यावसायिक
- वैज्ञानिक एवं तकनीकी

सैलरी पैकेज की बात की जाए, तो एक जूनियर डीप लर्निंग इंजीनियर प्रतिमाह लगभग 50 हजार रुपये और सीनियर डीप लर्निंग इंजीनियर प्रतिमाह लगभग 80 हजार रुपये तक कमा सकता है।

मेडिकल टूरिज्म सेक्टर में युवाओं के लिए अपॉर्च्युनिटीज की कमी नहीं

भारत मेडिकल टूरिज्म के लिए आकर्षक डेस्टिनेशन बना हुआ है। हर साल मेडिकल टूरिस्ट की संख्या में वृद्धि हो रही है और इसकी वजह से इस क्षेत्र में जॉब के मौके भी खूब देखे जा रहे हैं। माना जा रहा है कि दुनिया के दूसरे विकसित देशों के मुकाबले भारत में उपलब्ध सस्ते मेडिकल ट्रीटमेंट और एजुकेशन सर्विसेज के कारण यह मेडिकल टूरिज्म का ग्लोबल हब बन सकता है। 2028 तक हेल्थकेयर सेक्टर में करीब 40 मिलियन से ज्यादा जॉब जेनरेट होने का अनुमान है। साफ है कि मेडिकल टूरिज्म सेक्टर में युवाओं के लिए अपॉर्च्युनिटीज की कमी नहीं रहेगी।

क्या है मेडिकल टूरिज्म

छुट्टियों में लोग ऐसे स्थानों पर जाना चाहते हैं, जहां वे पर्यटन का लुत्फ तो उठा ही सकें, उनके शौक व स्वास्थ्य संबंधी आवश्यकताओं की पूर्ति भी हो जाए। इस कारण से देश में ऐसे केंद्रों का विकास हो रहा है, जहां हीलिंग ट्रेडिशंस, आयुर्वेद, योग, मेडिटेशन, एरोमाथेरेपी, यूनानी व सिद्धा, होम्योपैथी, तिब्बती चिकित्सा, नेचुरोपैथी, एक्यूपंचर और एक्यूप्रेशर, जेम थेरेपी, रेकी हीलिंग, चक्र थेरेपी, बॉडी मसाज और ऑयल थेरेपीज की सुविधाएं उपलब्ध हैं। बड़ी ट्रैवल एजेंसियों में मेडिकल टूरिज्म का अलग विभाग होता है। मेडिकल टूरिज्म को मेडिकल ट्रैवल भी कहते हैं, जिसमें टूरिज्म इंडस्ट्री और मेडिकल केयर के सहयोग से विदेशी या देशी पर्यटकों को कम खर्च पर मेडिकल की सुविधा उपलब्ध कराई जाती है। ट्रीटमेंट के साथ-साथ सैलानियों को उस जगह या देश को एक्सप्लोर करने का मौका भी दिया जाता है। उन्हें अपने घर जैसा एहसास कराया जाता है। लोकेशन या ट्रीटमेंट प्रोसिजर के आधार पर मेडिकल वैकेशन में विदेशी सैलानियों की 10 से लेकर 50 प्रतिशत तक की बचत हो जाती है।

योग्यता

अगर आप मेडिकल टूरिज्म के क्षेत्र में करियर बनाना चाहते हैं तो अगर आप इस फील्ड से रिलेटेड डिप्लोमा या सर्टिफिकेट कोर्स कर सकते हैं। कई इंस्टीट्यूट्स मेडिकल टूरिज्म में सर्टिफिकेट, डिप्लोमा, पोस्ट ग्रेजुएट डिप्लोमा और एमबीए कोर्स संचालित करते हैं। कैंडिडेट को ट्रैवल और टूरिज्म इंडस्ट्री के साथ लॉजिस्टिक्स, हॉस्पिटैलिटी इंडस्ट्री की भी जानकारी दी जाती है। रेगुलर के अलावा ऑनलाइन और डिस्टेंस एजुकेशन के जरिए भी मेडिकल टूरिज्म से संबंधित कोर्स किए जा सकते हैं।

प. बंगाल में यूसीसी मसौदे की समीक्षा को समिति गठित, जस्टिस रंजना देसाई करेंगी नेतृत्व

❍ एजेंसी, कोलकाता।

पश्चिम बंगाल सरकार ने प्रस्तावित समान नागरिक संहिता, पश्चिम बंगाल-2026 के मसौदा विधेयक की समीक्षा और उसे अंतिम रूप देने के लिए नौ सदस्यीय उच्चस्तरीय समिति का गठन किया है। इस समिति की अध्यक्षता सुप्रीम कोर्ट की सेवानिवृत्त न्यायाधीश जस्टिस रंजना प्रकाश देसाई करेंगी। राज्य के न्यायिक विभाग ने इस संबंध में अधिसूचना जारी कर दी है। विस्तृत परीक्षण के बाद विधानसभा में आएगा विधेयक सरकार के अनुसार, समान नागरिक संहिता से जुड़े विषय सामाजिक, कानूनी और संवैधानिक दृष्टि से अत्यंत व्यापक एवं जटिल हैं। इसी कारण मसौदा विधेयक को विधानसभा में प्रस्तुत करने से पहले विशेषज्ञ समिति द्वारा उसका गहन परीक्षण कराया जा रहा है। समिति के गठन का निर्णय 2 जुलाई को हुई राज्य मंत्रिमंडल की बैठक में लिया गया था।

समिति में प्रशासन, शिक्षा, विधि और सार्वजनिक जीवन से जुड़े अनुभवी व्यक्तियों को शामिल किया गया है। जस्टिस देसाई के अलावा पूर्व राज्यपाल तथागत रॉय, वरिष्ठ आईएएस अधिकारी दुष्यंत नारियाला, सेवानिवृत्त आईएएस शत्रुघ्न सिंह, गृह विभाग की प्रधान सचिव संघमित्रा घोष तथा अन्य विशेषज्ञ इसके सदस्य हैं। विशेषज्ञों का मानना है कि इस पहल पर व्यापक जनचर्चा और विभिन्न समुदायों से संवाद की आवश्यकता होगी, ताकि प्रस्तावित कानून सर्वसमावेशी और व्यावहारिक बन सके।

एक समान कानूनी ढांचे पर होगा विचार

राज्य सरकार की अधिसूचना में कहा गया है कि यह पहल संविधान के नीति-निर्देशक सिद्धांतों के अंतर्गत अनुच्छेद 44 की भावना के अनुरूप है। प्रस्तावित संहिता का उद्देश्य विवाह, तलाक, उत्तराधिकार और अन्य व्यक्तिगत नागरिक मामलों के लिए सभी धर्मों और समुदायों पर समान रूप से लागू होने वाला कानूनी ढांचा तैयार करना है। समिति विभिन्न प्रावधानों के सामाजिक प्रभाव, संवैधानिक वैधता और व्यावहारिक पहलुओं का अध्ययन कर अपनी सिफारिशें सरकार को सौंपेगी। इसके बाद संशोधित मसौदा राज्य विधानसभा में विचार के लिए प्रस्तुत किया जा सकता है।

आइवरी कोस्ट के साथ भारत बढ़ाएगा डिजिटल और कृषि सहयोग, कई अहम मुद्दों पर चर्चा

❍ एजेंसी, यामूसोक्रो।

विदेश मंत्रालय में केंद्रीय और पश्चिम अफ्रीका के अतिरिक्त सचिव सेवला नाइक मुडे ने आबिदजान में आइवरी कोस्ट के डिजिटल ट्रांजिशन और टेक्नोलॉजिकल इनोवेशन मंत्री जिब्रिल औटारा से मुलाकात की।

आइवरी कोस्ट में भारतीय दूतावास ने सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म 'एक्स' पर बताया कि कोटे डी आइवर की राष्ट्रीय विकास योजना 2026-2030 से जुड़े कंसल्टेटिव ग्रुप की बैठकों के दौरान मुडे ने मंत्री जिब्रिल औटारा से मुलाकात की। इस दौरान भारत के डिजिटल पब्लिक इंफ्रास्ट्रक्चर (डीपीआई), जैसे यूपीआई और आधार, पर चर्चा हुई। साथ ही दोनों देशों के बीच एक समझौता ज्ञापन (एमओयू) पर हस्ताक्षर करके सहयोग बढ़ाने की संभावनाओं पर भी बात हुई।

भारत की डिजिटल प्रगति की सराहना करते हुए मंत्री ने कहा कि वह भारत के सफल डिजिटल सिस्टम से सीखना चाहते हैं। आइवरी कोस्ट में इसी तरह के डिजिटल समाधान अपनाने और लागू करने की संभावनाओं पर काम किया जा सकता है। मुडे ने गुरुवार को ब्रूनो मैबाग्ने कोने से भी मुलाकात की। दोनों नेताओं ने खेती में मशीनों के इस्तेमाल, लोगों को प्रशिक्षण देने, बेहतर बीज उपलब्ध कराने और कृषि उत्पादों की प्रोसेसिंग जैसे क्षेत्रों में सहयोग बढ़ाने पर चर्चा की।

भारतीय दूतावास ने बताया कि 9 जुलाई को आबिदजान में मुडे ने आइवरी कोस्ट के कृषि, ग्रामीण विकास और खाद्य उत्पादन मंत्री ब्रूनो नाबाग्ने कोने से मुलाकात की। बातचीत का मुख्य विषय खेती को आधुनिक बनाने, क्षमता निर्माण, अच्छी गुणवत्ता के बीज और एग्रो-प्रोसेसिंग में सहयोग बढ़ाना रहा। मुडे ने मंत्री को बताया कि भारतीय कंपनियां आइवरी कोस्ट के एग्रो-प्रोसेसिंग सेक्टर में निवेश कर रही हैं। खास तौर पर काजू, रबर, चावल और दूसरे कृषि उद्योगों में उनका निवेश है। मंत्री ने इस सहयोग को आगे बढ़ाने का स्वागत किया। उन्होंने कृषि मशीनों की सप्लाई, ट्रैक्टर असेंबली जैसी परियोजनाओं में भी रुचि दिखाई और भारतीय कंपनियों को प्रस्ताव पेश करने का निमंत्रण दिया।

इसके अलावा मुडे ने ट्रेड, इंडस्ट्री और हैंडीक्राफ्ट मिनिस्टर इब्राहिम कलील कोनाटे से भी मुलाकात की। दोनों पक्षों ने भारत और आइवरी कोस्ट के बीच व्यापार और निवेश को मजबूत बनाने पर चर्चा की। भारतीय दूतावास ने बताया कि कोटे डी आइवर की राष्ट्रीय विकास योजना (2026-2030) के लिए वित्त जुटाने से जुड़ी बैठकों के दौरान 9 जुलाई को आबिदजान में मुडे ने इब्राहिम कलील कोनाटे से मुलाकात की। इस दौरान दोनों देशों के बीच व्यापार और निवेश बढ़ाने पर बातचीत हुई।

मुडे ने यापी कोफी इवारिस्टे, जो आइवरी कोस्ट के विदेश और अंतरराष्ट्रीय सहयोग मंत्रालय के महासचिव हैं, उनसे भी मुलाकात की। दोनों ने भारत और आइवरी कोस्ट के पुराने और मजबूत रिश्तों को और आगे बढ़ाने के लिए राजनयिक सहयोग बढ़ाने पर चर्चा की।

जूनागढ़ में खड़े ट्रक से टकराई कार, एक ही परिवार के चार की मौत, चार घायल

❍ एजेंसी, जूनागढ़

गुजरात के जूनागढ़ जिले में शनिवार को एक दर्दनाक सड़क हादसे में एक ही परिवार के चार लोगों की मौत हो गई, जबकि चार अन्य घायल हो गए। हादसा माजेवड़ी गांव के पास फोरलेन सड़क पर उस समय हुआ, जब परिवार की अर्टिगा कार सड़क किनारे खड़े एक ट्रक से जा टकराई। घायलों में दो की हालत गंभीर बताई जा रही है, जबकि कार में सवार एक बच्चा इस हादसे में सुरक्षित बच गया। प्रारंभिक जानकारी के अनुसार, बाासकांठा जिले के थराद तालुका का यह परिवार अस्थि विसर्जन के लिए सोमनाथ जा रहा था। इसी दौरान माजेवड़ी गांव के पास नए बाईपास हाईवे पर उनकी कार सड़क पर खड़े ट्रक के पीछे जा भिड़ी।

टक्कर इतनी भीषण थी कि कार का अगला हिस्सा पूरी तरह क्षतिग्रस्त हो गया। हादसे में चार लोगों की मौके पर ही मौत हो गई, जबकि चार अन्य गंभीर रूप से घायल हो गए। घटना की सूचना मिलते ही स्थानीय पुलिस और 108 एम्बुलेंस सेवा की टीम मौके पर पहुंची और राहत एवं बचाव कार्य शुरू किया। घायलों को प्राथमिक उपचार के बाद जूनागढ़ सिविल अस्पताल में भर्ती कराया गया। अधिकारियों के मुताबिक, घायलों में दो की हालत अब भी नाजुक बनी हुई है।

पुलिस ने क्षतिग्रस्त कार से शवों को बाहर निकालकर पोस्टमार्टम के लिए जूनागढ़ सिविल अस्पताल भेज दिया है। एक पुलिस अधिकारी ने बताया कि हादसे के संबंध में मामला दर्ज कर जांच शुरू कर दी गई है। यह भी जांच की जा रही है कि ट्रक सड़क पर किन परिस्थितियों में खड़ा था और दुर्घटना की वास्तविक वजह क्या रही।

इस हादसे के बाद मृतकों के परिवार में शोक की लहर है। प्रशासन ने परिजनों को घटना की सूचना दे दी है और मामले की जांच जारी है। गौरतलब है कि गुजरात में सड़क हादसे लगातार गंभीर चिंता का विषय बने हुए हैं। रिपोर्टों के अनुसार, वर्ष 2021 से 2025 के बीच राज्य में 79,054 सड़क दुर्घटनाएं हुईं, जिनमें 38,530 लोगों की मौत हुई। वर्ष 2022 में सबसे अधिक मौतें दर्ज की गईं, जबकि वर्ष 2025 में सबसे ज्यादा 56,100 सड़क हादसे सामने आए।

आईएनएस महेंद्रगिरि के लोकार्पण पर राजनाथ सिंह ने कहा, भारतीय नौसेना देश की अर्थव्यवस्था की भी प्रहरी

❍ एजेंसी, विशाखापत्तनम।

विशाखापत्तनम में आईएनएस महेंद्रगिरि के कमीशनिंग समारोह में रक्षा मंत्री राजनाथ सिंह ने भारतीय नौसेना की भूमिका को देश की सुरक्षा और आर्थिक हितों के लिए अत्यंत महत्वपूर्ण बताया। उन्होंने कहा कि हाल के वैश्विक घटनाक्रमों ने एक बार फिर साबित कर दिया है कि किसी भी राष्ट्र के लिए सक्षम और त्वरित प्रतिक्रिया देने वाली नौसेना अनिवार्य है।

पश्चिम एशिया संकट में निभाई अहम भूमिका रक्षा मंत्री ने पश्चिम एशिया में हालिया तनाव के दौरान चलाए गए ह्यऑपरेशन ऊर्जा सुरक्षाह्ण का विशेष उल्लेख किया। उन्होंने बताया कि इस अभियान के तहत भारतीय नौसेना ने 18 व्यापारी जहाजों को सुरक्षित मार्ग प्रदान किया, जिनमें 9,000 करोड़ रुपये से अधिक मूल्य का आवश्यक सामान लदा था। उनके अनुसार, इस मिशन ने स्पष्ट कर दिया कि नौसेना केवल युद्धक शक्ति नहीं, बल्कि भारत की आर्थिक सुरक्षा की भी मजबूत संरक्षक है।

बहामास में विमान त्रासदी, 10 लोगों की मौत से मातम

सैन जुआन। बहामास में एक छोटा विमान दुर्घटनाग्रस्त हो गया, जिसमें 10 लोगों की मौत हो गई। हादसे के बाद सरकार ने 'फ्लेमिंगो एयर' की उड़ानों को अस्थायी रूप से रोक दिया है। यह हादसा नॉर्थ एंड्रॉस क्षेत्र में हुआ, जो राजधानी नसाऊ के पश्चिमी हिस्से में समुद्र के पास स्थित है।

बहामास के प्रधानमंत्री फिलिप ब्रेव डेविस ने शुरूआती जानकारी में बताया था कि एक यात्री जीवित बचा है, लेकिन बाद में प्रेस कॉन्फ्रेंस में उन्होंने पुष्टि की कि गंभीर चोटों के चलते उसकी भी मौत हो गई। मृतकों की पहचान फिलहाल सार्वजनिक नहीं की गई है। प्रधानमंत्री ने कहा कि यह घटना उस समय हुई जब लोग बहामास की आजादी की 53वीं वर्षगांठ मना रहे थे। उन्होंने शोक व्यक्त करते हुए कहा, यह दिन अब दुख का दिन बन गया है। जिन परिवारों ने अपने प्रियजन खो दिए हैं, उनके प्रति हम गहरी संवेदना प्रकट करते हैं।

दिल्ली में ड्रग्स नेटवर्क पर बड़ा वार:

युगांडा की महिला गिरफ्तार, 70 लाख रुपये की एम्फेटामाइन

❍ एजेंसी, नई दिल्ली।

दिल्ली पुलिस ने मोहन गार्डन इलाके से युगांडा की 26 वर्षीय महिला को गिरफ्तार कर उसके पास से 117 ग्राम एम्फेटामाइन बरामद की। बरामद किए गए मादक पदार्थ की अंतरराष्ट्रीय बाजार में कीमत करीब 70 लाख रुपये है। अधिकारियों ने शनिवार को यह जानकारी दी।

अधिकारियों के अनुसार, आरोपी की पहचान जैकलीन नामुलोंडो के रूप में हुई है। उन्होंने बताया कि महिला राष्ट्रीय राजधानी में कॉलेज छात्रों व युवाओं को कथित तौर पर मादक पदार्थ की आपूर्ति कर रही थी। अधिकारियों ने बताया कि सूचना के आधार पर बृहस्पतिवार को मोहन गार्डन स्थित जैकलीन के किराए के मकान पर छापा मारा गया, जहां से एम्फेटामाइन बरामद किया गया।

पुलिस के एक अधिकारी ने बताया कि जब्त मादक पदार्थ के स्रोत का पता लगाने के लिए जांच जारी है। अधिकारी ने बताया कि कंपाला की निवासी जैकलीन जुलाई 2025 में तीन महीने के कारोबारी वीजा पर भारत आई थी, लेकिन वीजा की अवधि समाप्त होने के बाद भी वह देश में रुकी रही। पुलिस के अनुसार, जैकलीन का पूर्व का कोई आपराधिक रिकॉर्ड नही रहा है।

जांचकर्ता दिल्ली में सक्रिय अन्य मादक पदार्थ तस्करों के साथ उसके संभावित संबंधों की भी जांच कर रहे हैं।

सम्पादकीय

नाटो शिखर सम्मेलन में मुगल काल!

प्रभात कुमार
सम्पादक

नाटो शिखर सम्मेलन के मंच से एरदोगान ने यह स्पष्ट कर दिया कि आधुनिक कूटनीति अब केवल समझौतों और बैठकों तक सीमित नहीं रही। इतिहास, संस्कृति, भोजन, सैन्य परंपरा और राष्ट्रीय प्रतीक भी वैश्विक शक्ति प्रदर्शन के प्रभावी हथियार बन चुके हैं। यह स्पष्ट संकेत है कि 21वीं सदी की भू राजनीतिक प्रतिस्पर्धा में इतिहास की व्याख्या भी एक रणनीतिक औजार बन चुकी है।

अंकारा में आयोजित नाटो शिखर सम्मेलन के दौरान तुर्की ने केवल वैश्विक कूटनीति का मंच ही नहीं सजाया, बल्कि इतिहास, संस्कृति और प्रतीकों के जरिये अपनी वैचारिक पहचान का भी जोरदार प्रदर्शन किया। राष्ट्रपति रेचेप तैयप एरदोगान ने दुनिया के शीर्ष नेताओं के स्वागत के लिए जिस भव्य राजकीय समारोह का आयोजन किया, उसका सबसे चर्चित और विवादास्पद पक्ष रहा तुर्की के कथित सोलह महान तुर्क साम्राज्यों का प्रदर्शन। इन्हीं सोलह साम्राज्यों में भारत के मुगल साम्राज्य को भी शामिल किया गया और बाबर की सेना का प्रतिनिधित्व करने वाला एक सैनिक विशेष पोशाक में समारोह का हिस्सा बनाया गया। इस कदम ने केवल इतिहासकारों के बीच ही नहीं, बल्कि भारत में भी एक नई बहस छेड़ दी है कि क्या तुर्की ने भारत के इतिहास पर अपना दावा जताने की कोशिश की है।हम आपको बता दें कि तुर्की के राष्ट्रपति भवन में आयोजित स्वागत समारोह में आधुनिक सैन्य टुकड़ियों, उस्मानी काल के मेहतर सैन्य वाद्य दल और ऐतिहासिक वेशभूषा में सजे सोलह सैनिकों को एक साथ प्रस्तुत किया गया। यह परंपरा वर्ष 2015 में एरदोगान ने शुरू की थी और तब से हर बड़े राजकीय स्वागत का स्थायी हिस्सा बन चुकी है। इन सोलह सैनिकों को तुर्की के राष्ट्रपति चिह्न पर बने सोलह सितारों का प्रतीक माना जाता है। तुर्की का दावा है कि ये सितारे उन सोलह ऐतिहासिक तुर्क साम्राज्यों का प्रतिनिधित्व करते हैं, जिन्होंने तुर्क सभ्यता की निरंतरता को आगे बढ़ाया।। इन्हीं 16 साम्राज्यों की सूची में हूण, गोकतुर्क, खजर, उइगर, गजनवी, महान सलजूक, ख्वारज्म, स्वर्ण गिरोह, तैमूरी, मुगल और उस्मानी साम्राज्य शामिल हैं। समारोह में बाबर द्वारा स्थापित मुगल साम्राज्य का प्रतिनिधित्व करने वाले सैनिक को भी विशेष स्थान दिया गया। हम आपको बता दें कि तुर्की के इतिहास लेखन में मुगल साम्राज्य को बाबर साम्राज्य कहा जाता है। वहां यह पढ़ाया जाता है कि बाबर तैमूर का प्रत्यक्ष वंशज था, उसकी मातृभाषा चगताई तुर्की थी और इसलिए मुगल साम्राज्य तुर्क इतिहास की निरंतर कड़ी है। इतिहास का यह पक्ष अपनी जगह है कि बाबर मध्य एशिया से आया था और उसकी सांस्कृतिक जड़ें तुर्क परंपरा से जुड़ी थीं। यह भी निर्विवाद है कि मुगल शासन के विभिन्न दौर में अनेक मंदिरों को ध्वस्त किया गया और भारतीय धार्मिक तथा सांस्कृतिक परंपराओं पर प्रहार हुए, जिनकी स्मृति आज भी इतिहास और जनचेतना का हिस्सा है। लेकिन इसके साथ ही यह भी एक महत्वपूर्ण ऐतिहासिक तथ्य है कि भारत में स्थापित होने के बाद मुगल साम्राज्य ने यहां की अनेक परंपराओं, प्रशासनिक व्यवस्थाओं, कला, स्थापत्य, भाषा और जीवन शैली को भी अलग अलग स्तरों पर आत्मसात किया। अकबर से लेकर शाहजहां तक मुगल शासन भारतीय उपमहाद्वीप की राजनीतिक और सांस्कृतिक संरचना का अभिन्न हिस्सा बन गया था।

फिलीपींस में तबाही-भूस्खलन से 15 की मौत, 'बावी' का कहर

❍ एजेंसी, मनीला।

ताइवान और पूर्वी चीन की ओर बढ़ रहे विनाशकारी तूफान बावी के असर से फिलीपींस में भूस्खलन से कम से कम 15 लोगों की मौत हो गयी है। 'बावी' तूफान के खतरे को देखते हुए पूर्वी एशिया में बड़े पैमाने पर लोगों को सुरक्षित जगहों पर पहुंचाया जा रहा है। वहीं उड़ानें रद्द की जा रही हैं और अधिकारी आपातकालीन तैयारियों में जुटे हैं।

फिलीपींस में तूफान के असर से मिंडानाओ में भारी बारिश होने के कारण हुए भूस्खलन में कई परिवार दब गये। बचाव दल युद्ध स्तर पर काम कर रहे हैं। आशंका है कि मरने वालों की संख्या बढ़ सकती है। अधिकारियों ने चेतावनी दी है कि सप्ताहांत तक देश के विभिन्न हिस्सों में मध्यम से भारी बारिश जारी रहेगी। ताइवान ने गंभीर बाढ़ और भूस्खलन की चेतावनी जारी की है और मौसम का पूवार्नुमान लगाने वालों ने कुछ इलाकों में मूसलाधार बारिश कर अनुमान जताया है। देश के रक्षा मंत्रालय ने घोषणा की कि आपातकालीन प्रतिक्रिया और आपदा राहत कार्यों में मदद के लिए 29,000 से ज्यादा सैनिकों को स्टैंडबाय पर रखा गया है।

ताइवान के केंद्रीय मौसम प्रशासन ने कहा कि 'बावी' के आकार के हिसाब से 1987 के बाद यह द्वीप को प्रभावित करने वाला सबसे बड़ा तूफान हो सकता है। रिपोर्टों के मुताबिक तूफान के आने से पहले देश भर के लोग खाने-पीने का सामान और जरुरी चीजों के संग्रह के लिए तेजी से दुकानों की ओर भागे, जिससे कई शहरों में सुपरमार्केट के सामान लगभग खाली हो गये। किसानों ने जहां संभव हो वहां तेजी से फसल की कटाई की, जबकि मछुआरों ने अपनी नावें सुरक्षित कीं और तटीय अधिकारियों ने बाढ़ की आशंका वाले इलाकों में हजारों रेत की बोरियां बांटीं।

चीन ने भी भारी व्यवधान की चेतावनी दी है क्योंकि तूफान फुजियान प्रांत की ओर बढ़ रहा है, जहां शनिवार को इसके तट से टकराने की उम्मीद है। मौसम वैज्ञानिकों का कहना है कि 'बावी' का विशाल आकार और ऊर्जा इसके अवशेषों और बाहरी बारिश वाले घेरों को जमीन के अंदर तक धकेल सकती है और संभवतः बोहाई सागर क्षेत्र सहित उत्तरी क्षेत्रों तक पहुंचा सकती है। चीन के 'इंस्टीट्यूट ऑफ पब्लिक एंड एनवायरनमेंटल अफेयर्स' के डायरेक्टर मा जून ने चेतावनी दी है कि जिन प्रांतों को तूफान से निपटने का कम अनुभव है, उन्हें तैयारी के उपाय मजबूत करने चाहिए क्योंकि यह सिस्टम उत्तर की ओर बढ़ रहा है।

जापान में साकिशिमा द्वीप समूह के लोग खराब मौसम की स्थिति के लिए तैयारी कर रहे हैं। तस्वीरों में घरों और दुकानों की खिड़कियों को मजबूत करते और सुरक्षा के लिए जाल लगाते हुए देखा जा सकता है। इस इलाके में एयरलाइंस ने तूफान से पहले अपनी सेवाएं रोक दी हैं। जापान एयरलाइंस ने शुक्रवार और शनिवार को 100 से ज्यादा उड़ानें रद्द कर दीं, जिससे लगभग 20,000 यात्री प्रभावित हुए। ऑल निप्पॉन एयरवेज ने रविवार तक 160 से अधिक उड़ानें रद्द दी है। थाई एयरवेज और मलेशिया एयरलाइंस ने भी ताइपे आने-जाने वाली उड़ानें रोक दी हैं।

बावी तूफान ऐसे समय में आ रहा है जब दक्षिणी चीन के कुछ हिस्से इस सप्ताह की शुरूआत में आये 'मेसाक' तूफान से हुई तबाही से उबरने की कोशिश कर रहे हैं। मेसाक की वजह से कम से कम 39 लोगों की मौत हो गयी है और 1,30,000 से अधिक लोगों को सुरक्षित जगहों पर ले जाया गया।

मध्य प्रदेश: दतिया में जुलूस, सभा और प्रदर्शन पर रोक, शांति व्यवस्था बनाए रखने के लिए धारा-163 लागू

❍ एजेंसी, दतिया।

मध्य प्रदेश के दतिया जिले में होने वाले विधानसभा के उपचुनाव के मद्देनजर जिला प्रशासन ने दतिया अनुभाग में कानून एवं शांति व्यवस्था बनाए रखने के लिए धारा-163 लागू कर दी है। यहां जुलूस, सभा और प्रदर्शन आदि पर रोक लगा दी गई है। इसके लिए प्रशासन की अनुमति आवश्यक होगी।

दतिया अनुविभागीय अधिकारी की ओर से जारी आदेश में कहा गया है कि दतिया विधानसभा उप निर्वाचन-2026 के दौरान कानून एवं शांति व्यवस्था बनाए रखने तथा जनसुरक्षा सुनिश्चित करने के उद्देश्य से भारतीय नागरिक सुरक्षा संहिता, 2023 की धारा 163 के अंतर्गत प्रतिबंधात्मक आदेश जारी किए गए हैं। जारी आदेश में जिक्र किया गया है कि 10 जुलाई की रात्रि झांसी-ग्वालियर हाईवे पर चक्का जाम की घटना से कानून एवं शांति व्यवस्था प्रभावित होने की आशंका उत्पन्न हुई।

जारी आदेश के अनुसार, ऐसी परिस्थितियों की पुनरावृत्ति रोकने तथा जन-धन की सुरक्षा सुनिश्चित करने के लिए यह आदेश तत्काल प्रभाव से लागू किया गया है। आदेश के अनुसार, अनुभाग दतिया में कोई भी व्यक्ति बिना वैधानिक अनुमति के किसी भी प्रकार की सभा, जुलूस, प्रदर्शन अथवा रैली आयोजित नहीं करेगा। साथ ही हथियार, लाठी, तलवार, भाला, फरसा, चाकू अथवा अन्य घातक वस्तुओं के साथ सार्वजनिक स्थानों पर भ्रमण एवं प्रदर्शन प्रतिबंधित रहेगा।

आदेश में कहा गया है कि सोशल मीडिया, इलेक्ट्रॉनिक अथवा अन्य माध्यमों से भड़काऊ, आपत्तिजनक अथवा कानून-व्यवस्था प्रभावित करने वाली सामग्री के प्रसारण पर भी रोक रहेगी। किसी भी प्रकार के भड़काऊ भाषण, नारे, पोस्टर, बैनर अथवा ऐसी गतिविधियां, जिनसे सांप्रदायिक सौहार्द एवं शांति व्यवस्था प्रभावित होने की संभावना हो, प्रतिबंधित रहेंगी।

राजस्थान में हड़कंप: भीलवाड़ा-बांसवाड़ा में 8 प्रसूताओं की मौत, गहलोत ने की केंद्रीय जांच की मांग

❍ एजेंसी, जयपुर।

राजस्थान के भीलवाड़ा स्थित महात्मा गांधी सरकारी अस्पताल में पांच दिनों के भीतर छह और बांसवाड़ा में दो प्रसूताओं की मौत ने राज्य की सरकारी स्वास्थ्य सेवा प्रणाली में संक्रमण नियंत्रण और मरीजों की सुरक्षा को लेकर गंभीर चिंताएं पैदा कर दी हैं। अस्पताल प्रशासन की ओर से ऑपरेशन थिएटर (ओटी) में संक्रमण का पता चलने की पुष्टि की गई है। इस बात की जांच की जा रही है कि क्या इससे मौतों में कोई भूमिका रही है?

शुक्रवार को हुई एक और महिला की मौत के साथ 6 जुलाई से भीलवाड़ा में जान गंवाने वाली महिलाओं की संख्या छह हो गई है। इन महिलाओं की हालत बिगड़ने से पहले उनका सी-सेक्शन (ऑपरेशन से) प्रसव हुआ था। संक्रमण की खबरों के बाद प्रभावित ऑपरेशन थिएटर में सर्जरी रोक दी गई और एहतियात के तौर पर कई मरीजों को दूसरे अस्पतालों में शिफ्ट कर दिया गया। अस्पताल के अधिकारियों ने बताया कि ऑपरेशन थिएटर, सर्जिकल उपकरणों और मशीनों के सैंपल माइक्रोबायोलॉजिकल जांच के लिए भेजे गए हैं। मौतों की जांच करने और संक्रमण नियंत्रण व अस्पताल के नियमों में किसी भी तरह की चूक का पता लगाने के लिए एक जांच समिति भी बनाई गई है।

इस घटना ने अस्पताल के इंफ्रास्ट्रक्चर पर भी सवाल खड़े कर दिए हैं। खबरों के मुताबिक, अस्पताल में हर दिन 30 से 40 सिजेरियन सर्जरी होती हैं, जबकि वहां सर्जिकल सेट सिर्फ पांच ही हैं, जिससे स्टरलाइजेशन (कीटाणु-मुक्त करने की प्रक्रिया) और संक्रमण प्रबंधन को लेकर चिंताएं बढ़ गई हैं। इस मामले की जांच के लिए पांच सदस्यों की एक टीम बनाई गई है और उन्हें दिए गए इंजेक्शन के सैंपल भी इकट्ठा किए गए हैं। वहीं, बांसवाड़ा में भी शुक्रवार को दो प्रसूताओं की मौत हो गई। सी-सेक्शन सर्जरी के बाद प्रसूताओं ने अपने पहले बच्चे को जन्म दिया था। एक महिला को एनीमिया (खून की कमी) था, जबकि दूसरी महिला को हाई ब्लड प्रेशर की समस्या थी। इससे पहले कोटा, बीकानेर और जोधपुर में भी ऐसी घटनाएं सामने आ चुकी हैं।

राजस्थान के पूर्व मुख्यमंत्री अशोक गहलोत ने इन मौतों को 'दिल दहलाने वाला और बेहद चिंताजनक' बताया और आरोप लगाया कि ये राज्य की स्वास्थ्य प्रणाली में गंभीर कमियों को दशार्ती हैं। पीड़ित परिवारों के प्रति संवेदना व्यक्त करते हुए गहलोत ने कहा कि ओटी में संक्रमण की खबरों के बावजूद सिजेरियन सर्जरी जारी रखना और सिर्फ पांच सर्जिकल सेट के साथ रोजाना 30-40 सर्जरी करना 'घोर लापरवाही और बिगड़ती स्वास्थ्य प्रणाली' की ओर इशारा करता है।

गहलोत ने कहा, "भीलवाड़ा और बांसवाड़ा में प्रसव के बाद महिलाओं की मौत दिल दहलाने वाली और बहुत चिंताजनक है। मेरी संवेदनाएं पीड़ित परिवारों के साथ हैं। ऑपरेशन थिएटर में संक्रमण की खबरों के बावजूद सिजेरियन ऑपरेशन जारी रखना और केवल पांच सर्जिकल सेट से 30-40 सर्जरी करना, साफ तौर पर भारी लापरवाही और स्वास्थ्य सेवा प्रणाली की बिगड़ती हालत को दिखाता है। कोटा, बीकानेर और जोधपुर के बाद, भीलवाड़ा के हालात भी उतने ही चिंताजनक हैं। क्या भाजपा सरकार ने राजस्थान की स्वास्थ्य सेवा प्रणाली को भगवान भरोसे छोड़ दिया है?"

गहलोत ने कहा, "इस तरह की घटनाओं का सिलसिला यह बताता है कि सरकार इस मामले को गंभीरता से नहीं ले रही है।

केंद्रीय स्वास्थ्य मंत्रालय को तुरंत राजस्थान भर के अस्पतालों में स्थिति का आकलन करने और गहन जांच करने के लिए एक विशेषज्ञ टीम भेजनी चाहिए ताकि प्रसव के बाद महिलाओं की जान बचाई जा सके।" गहलोत ने अपनी अपील में केंद्रीय स्वास्थ्य मंत्री जे.पी. नड्डा को टैग किया और माताओं की और मौतों को रोकने के लिए तत्काल हस्तक्षेप की मांग की। इस बीच, स्वास्थ्य विभाग के अधिकारियों ने कहा कि जांच चल रही है और इसके नतीजों के आधार पर कार्रवाई की जाएगी। अधिकारी संक्रमण और माताओं की मौत के सही कारणों का पता लगाने के लिए प्रयोगशाला रिपोर्ट का भी इंतजार कर रहे हैं।

क्या एप्पल साइडर विनेगर सेहत को पहुंचाता है नुकसान?

एप्पल साइडर विनेगर का ट्रेंड तेजी से बढ़ रहा है। परफेक्ट फिगर से लेकर चमकदार स्किन पाने के लिए लोग इसका सेवन कर रहे हैं। एप्पल साइडर विनेगर को कुछ लोग वजन कम करने के लिए सुबह-सवेरे खाली पेट भी पी रहे हैं। लेकिन क्या आप जानती हैं रोजाना एप्पल साइडर विनेगर का सेवन करना आपकी सेहत को नुकसान पहुंचा सकता है। एप्पल साइडर विनेगर का लंबे समय तक सेवन करने से आपकी हेल्थ को धीरे-धीरे नुकसान पहुंचा सकता है। क्योंकि एप्पल साइडर विनेगर में बहुत ही स्ट्रांग एसिड होता है, जिसका लिमिट से ज्यादा सेवन नुकसानदायक हो सकता है। अगर आपको एप्पल साइडर विनेगर का फायदा लेना है तो उसका सेवन पर्याप्त मात्रा में ही करने की सलाह दी जाती है। एप्पल साइडर विनेगर के नुकसान क्या-क्या हैं?

दांतों की समस्या

एप्पल साइडर विनेगर बहुत ही ज्यादा एसिडिक होता है, यह ऐसे तो नुकसादायक नहीं लगता है। लेकिन इसका हद से ज्यादा सेवन करना आपके दांत खराब कर सकता है। दांतों पर एक लेयर होती है, जो लिमिट से ज्यादा एप्पल साइडर विनेगर का सेवन करने से हट सकती है। लेयर हटने से दांतों में सेंसटिविटी और सड़न जैसी समस्या हो सकती है। अगर आपको अपने दांतों से प्यार है तो एप्पल साइडर विनेगर को पानी में मिलाकर और स्ट्रा से पी सकते हैं।

दवाइयों पर असर

अगर आपकी किसी तरह की दवा चल रही है, तो एप्पल साइडर विनेगर का सेवन करते समय ज्यादा सावधानी की जरूरत है। क्योंकि इसमें मौजूद एसिड, दवाइयों के असर पर प्रभाव डाल सकता है। जिससे अन्य स्वास्थ्य समस्याएं हो सकती हैं। अगर आप किसी तरह की दवा ले रही हैं और एप्पल साइडर विनेगर को भी अपने रूटीन में शामिल करने के बारे में सोच रही हैं तो पहले डॉक्टर की सलाह अवश्य ले लेनी चाहिए।

पेट की समस्या

एप्पल साइडर विनेगर को डाइजेशन के लिए अच्छा माना जाता है, लेकिन इसका लिमिट से ज्यादा सेवनपेट की समस्या हो सकती है। बहुत ज्यादा मात्रा में एसिड का सेवन करने से आपके पेट में जलन हो सकती है। खासकर, अगर आपका गट सेंसिटिव, खट्टे डकार या एसिडिटी की समस्या रहती है तो एप्पल साइडर विनेगर को एक लिमिट में ही लेना चाहिए।

स्किन इरिटेशन

एप्पल साइडर विनेगर का स्किन केयर ट्रीटमेंट्स में भी इस्तेमाल किया जाता है। लेकिन, इसे स्किन पर डायरेक्ट लगाने से बचना चाहिए क्योंकि इससे जलन और इरिटेशन की समस्या हो सकती है। स्किन के लिए एसिड बहुत हार्ड हो सकता है, ऐसे में इसे डायलियूट करके ही लगाएं। अगर आप एप्पल साइडर विनेगर का टोनर या एक्ने पर इस्तेमाल कर रही हैं, तो पहले थोड़े एरिया पर लगाकर चेक करें।

हड्डियों पर असर

क्या आप जानती हैं एप्पल साइडर विनेगर का बहुत ज्यादा सेवन करने से आपकी हड्डियों पर असर पड़ सकता है? एप्पल साइडर विनेगर का लिमिट से ज्यादा सेवन, शरीर में पोटेशियम की मात्रा को कम करने से लिंक हो सकता है जिसकी वजह से बोन डेनसिटी भी समय के साथ कम हो सकती है। ऐसे में एप्पल साइडर विनेगर का लिमिट में ही सेवन करना चाहिए।

एप्पल साइडर विनेगर के फायदे अनेक हैं, लेकिन किसी भी चीज का अति में सेवन करना सेहत को नुकसान पहुंचा सकता है। ऐसे में एप्पल साइडर विनेगर को अपनी डाइट में शामिल करने से पहले उसके फायदे और नुकसान, दोनों के बारे में जान लेना चाहिए। अगर आपको एप्पल साइडर विनेगर का सेवन करने से किसी तरह का रिएक्शन होता है, तो तुरंत डॉक्टर की सलाह लेनी चाहिए।

नसों से जुड़ी समस्या है वैरिकोज वेंस या स्पाइडर वेंस

वैरिकोज वेंस या स्पाइडर वेंस नसों से जुड़ी समस्या है। वैरिकोज वेंस ज्यादातर लोगों के लिए खतरनाक नहीं होती हैं लेकिन कई बार ये गंभीर बीमारियों का कारण बन सकती हैं। वैरिकोज वेंस हाथ, पैर, एड़ी, टखने और पंजों में ज्यादा दिखाई देती हैं। इस स्थिति में नीली नसें या नसों के गुच्छे साफ नजर आने लगते हैं। अधिकतर मामलों में लोगों को वैरिकोज वेंस की समस्या में दर्द नहीं होता है लेकिन कई लोगों के लिए यह दर्द, खड़े होने में परेशानी और जलन जैसी परेशानी की वजह हो सकती है। अगर आपको भी वैरिकोज वेंस की समस्या है, तो अपने लाइफस्टाइल में कुछ बदलाव करके आप इस समस्या से राहत पा सकती हैं।

वैरिकोज वेंस या स्पाइडर वेंस नसों से जुड़ी समस्या है। वैरिकोज वेंस ज्यादातर लोगों के लिए खतरनाक नहीं होती हैं लेकिन कई बार ये गंभीर बीमारियों का कारण बन सकती हैं। वैरिकोज वेंस हाथ, पैर, एड़ी, टखने और पंजों में ज्यादा दिखाई देती हैं। इस स्थिति में नीली नसें या नसों के गुच्छे साफ नजर आने लगते हैं। अधिकतर मामलों में लोगों को वैरिकोज वेंस की समस्या में दर्द नहीं होता है लेकिन कई लोगों के लिए यह दर्द, खड़े होने में परेशानी और जलन जैसी परेशानी की वजह हो सकती है। कई बार इन नसों में ब्लीडिंग भी हो जाती है। वैरिकोज वेंस के कारण क्या हैं और किन आसान तरीकों की मदद से इन्हें मैनेज किया जा सकता है। इस बारे में हमने डाइटीशियन, पब्लिक हेल्थ एक्सपर्ट से बात की और उनसे इसे मैनेज करने के कुछ टिप्स जानें।

वैरिकोज वेंस के कारण

- लंबे वक्त तक खड़े रहना
- वजन अधिक होना
- प्रेग्नेंसी
- नसों पर अधिक दबाव
- हार्मोनल इंबैलेंस
- बढ़ती उम्र

इस बात का ख्याल

पुराने वक्त में घरों में खाना बनाने के लिए चूल्हे का प्रयोग होता था। महिलाएं बैठकर खाना बनाती थी लेकिन आज के वक्त में खड़े रहकर ही खाना बनाया जाता है। ये भी वैरिकोज वेंस की एक बड़ी वजह है। जब महिलाएं बैठकर खाना बनाती थी तो वे लंबे वक्त तक खड़ी नहीं रहती थी जिससे वैरिकोज वेंस की समस्या कम देखने को मिलती थी। इससे पेल्विक मसल्स को भी फायदा होता था।

इन टिप्स को करें फॉलो

- अगर आपको वैरिकोज वेंस की समस्या है तो कुछ आसान टिप्स को फॉलो करके आप इसे मैनेज कर सकती हैं।
- लंबे समय तक खड़ी ना रहें। कुछ देर खड़ी रहने के बाद बैठ जाएं।
- पैरों पर अधिक प्रेशर न डालें।
- अगर आपका वजन अधिक है तो इसे कम करने की कोशिश करें।
- ज्यादा पानी पिएं।
- अपनी डाइट में ताजे फल और सब्जियों को शामिल करें।
- डॉक्टर से सलाह लेकर कम्प्रेशन स्टॉकिंग्स पहनें। इससे वैरिकोज वेंस को बढ़ने से रोका जा सकता है।
- अगर समस्या ज्यादा है तो डॉक्टर से ट्रीटमेंट जरूर करवाएं।

वैरिकोज वेंस होने पर न करें ये 5 काम, बढ़ सकती है मुश्किल

वैरिकोज वेंस या स्पाइडर वेंस नसों से जुड़ी समस्या है। यह कई कारणों से हो सकती हैं। अगर आपको यह समस्या है, तो कुछ कामों को करने से बचें वरना आपकी मुश्किल बढ़ सकती है।

वेरिकोज वेंस के बारे में काफी लोग नहीं जानते हैं। लेकिन, यह नसों से जुड़ी एक समस्या है। आपने कुछ लोगों के हाथ, पैर, एड़ी, पंजे या टखनों में नीली नसे या नसों के गुच्छे देखे होंगे। ये वेरिकोज वेंस होती हैं। इन्हें स्पाइडर वेंस भी कहा जाता है। इसके पीछे कई कारण हो सकते हैं और यह समस्या पुरुषों से ज्यादा महिलाओं में देखने को मिलती है। आमतौर पर इनसे कोई खतरा नहीं होता है। लेकिन, कई बार ये मुश्किल खड़ी कर सकती हैं। इनकी वजह से कई बार, टांगों में खून की सप्लाई पर असर होता है। कई लोगों को इनकी वजह से खड़े होने में परेशानी हो सकती है। वहीं, कई बार इनमें दर्द और जलन भी होती है। अगर आपको यह समस्या है, तो आपको कुछ कामों को पूरी तरह अवॉइड करना चाहिए।

वेरिकोज वेंस होने पर बिल्कुल न करें ये काम

- अगर आपको वेरिकोज वेंस की समस्या है, तो ज्यादा देर बिल्कुल खड़े न रहें। इससे आपकी दिक्कत बढ़ सकती है। ज्यादा देर खड़े रहने के कारण, नसों में खून जमने लगता है इससे नसों पर अधिक प्रेशर पड़ता है।
- वेरिकोज वेंज होने पर, आप भारी वजन न उठाएं। दरअसल, भारी वजन उठाने से नसों पर दबाव पड़ता है और इससे नसों में खिंचाव पैदा होता है। इसकी वजह से नसे कमजोर होने लगती हैं। ऐसा नहीं हैं कि आप बिल्कुल वजन नहीं उठा सकती हैं। लेकिन, अधिक भारी चीजों को उठाने से बचें।
- हाई हील्स वाले सैंडिल न पहनें। इससे ब्लड फ्लो बाधित होता है और नसों पर दबाव पड़ता है।
- वेरिकोज वेंस होने पर, आपको मुलायम और आरामदायक चप्पले पहननी चाहिए।
- अगर आपको वेरिकोज वेंस हैं, तो आपको इस बात का ध्यान रखना चाहिए कि आपको कब्ज न हो। अगर आपका पेट ठीक से साफ नहीं हो रहा है, आपको कब्ज है, तो इसकी वजह से पेट साफ होने पर नसों पर दवाब आता है और परेशानी बढ़ सकती है।
- अधिक कठोर या खुरदुरी जगह पर न चलें। इससे भी नसों पर प्रेशर आता है।

ट्रेवल के दौरान खराब नहीं होगा डाइजेशन अपनाएं ये टिप्स

क्या ट्रेवलिंग के दौरान आपका भी पेट गड़बड़ हो जाता है,गैसे और कब्ज से परेशान हो जाते हैं तो आप इन टिप्स को फॉलो करके इसमें आराम पा सकते हैं।

ट्रेवल करना मजेदार और रोमांच से भरा होता है, लेकिन अक्सर ट्रैवलिंग के दौरा पेट साथ नहीं देता है, अक्सर लोगों को एसिडिटी, कब्ज, जैसी दिक्कत हो जाती है जिसके कारण सफर का मजा किरकिरा हो जाता है, फ्रेशनेस महसूस नहीं होती है। अगर आपके साथ भी ऐसा होता है तो हम आपको एक्सपर्ट के बताए कुछ टिप्स बता रहे हैं जिसे फॉलो करने से ट्रेवलिंग के दौर आपको दिक्कत नहीं होगी

- ट्रैवल के दौरान डाइजेशन को सही रखना है तो खाली पेट कैफ़ीन का सेवन करने से बचें, इससे एसिडिटी बढ़ाने की संभावना रहती है।
- रात को सोते वक्त नाभि में तेल जरूर लगाएं, इससे मेटाबॉलिज्म में सुधार होता है। पाचन बेहतर होता है और गैस की समस्याएं कम होती है। यह एक बेहद सरल और प्रभावी उपाय है।
- सूर्य नमस्कार करना ना भूलें, इससे न सिर्फ फिटनेस को बढ़ावा मिलता है बल्कि आपके पाचन तंत्र को भी सक्रिय करने में मदद मिलती है। यह पेट के अंगों में रक्त प्रवाह को बढ़ाता है और पाचन क्रिया को मजबूत करता है।
- रोज सुबह एक चम्मच शहद का सेवन करें, यह नेचुरल लैक्सेटिव गुणों वाला होता है जो कब्ज और गैस की समस्याओं में मदद करता है।
- ट्रेवल के दौरान ठंडा खाना खाने से बचें, ठंडा खाद्य पदार्थ पाचन को धीमा कर सकते हैं, कोशिश करें कि आपके भोजन का तापमान सामान्य गर्म हो ताकी पाचन प्रक्रिया सुचारू बनी रहे।
- फलों और दूध को एक साथ ना खाएं, इससे ब्लोटिंग और असुविधा हो सकती है। फल जल्दी पचते हैं जबकि दूध में अधिक समय लगता है।
- सोने से पहले वज्रासन में जरूर बैठें, इससे पेट पर दबाव पड़ता है जो पाचन अंगों को सक्रिय करता है और भोजन को सही से पचने में मदद करता है।
- रात को सोने से पहले कैफीन का सेवन न करें, इससे आपकी नींद खराब हो सकती है और पाचन में बाधा आ सकता है।
- रात का खाना जल्दी खाने से आपके शरीर को भोजन पचाने के लिए पर्याप्त समय मिलता है। इसे पोषक तत्वों का बेहतर अवशोषण होता है और असुविधा की संभावना कम होती है।

उम्र बढ़ने के साथ कमजोर होने लगती है पास की नजर

प्रेसबायोपिया यानी पास की नजर का कमजोर होना है। यह बीमारी उम्र के साथ होने वाले सामान्य बदलाव के कारण होती है जोकि 40 की उम्र के बाद देखने को मिलती है। हालांकि मोबाइल फोन और इसी तरह के अन्य गैजेट्स के इस्तेमाल करने से कई बार यह बीमारी उम्र से पहले ही नजर आने लगती है। इसमें नजर को पास में केंद्रित कर पाने में परेशानी होती है। खासकर छोटे अक्षरों और कम रोशनी में। शुरू में तो व्यक्ति मोबाइल या किताब को दूर कर पढ़ लेता है लेकिन बाद में दिखाई नहीं देता है।

कारण - इसका मुख्य कारण उम्र का अधिक होना है। यह बीमारी 40वर्ष से अधिक उम्र के लोगों में आम है, लेकिन मोबाइल, कम्प्यूटर और टेबलेट्स के अत्यधिक इस्तेमाल से लोगों को जल्द ही चश्मा लग जाता है। एस्टीमैटिज्म (दृष्टिवैषम्य), नियरसाइटेडनेस (निकटदृष्टि दोष) और फारसाइटेडनेस (दूरदृष्टि दोष) के रूप में प्रेसबायोपिया में अंतर पाया जा सकता है, जो कि आंखों की पुतलियों के आकार से संबंधित है और आनुवांशिक व पर्यावरणीय कारणों से होते हैं।

लक्षण-इलाज - प्रेसबायोपिया के मरीजों को नजदीक का काम करने जैसे कढ़ाई या हाथों से लिखने पर सिरदर्द, आंखों पर दबाव या थकान महसूस होने लगता है। अगर बीमारी की पहचान शुरुआती चरण में हो जाती है तो दिनचर्या में कुछ बदलाव कर इसको नियंत्रित किया जाता है, लेकिन बीमारी बढ़ने पर सर्जरी की जाती है। इसके लिए कंडक्टिव कैरेटोप्लास्टी या कॉर्नियल इन-लेज आदि सर्जरी की जाती है।

चश्मा - बायफोकल या प्रोग्रेसिव लैंस लगे चश्मे प्रेसबायोपिया में सुधार के लिए सबसे अच्छे होते हैं। बायफोकल का मतलब है, जिसमें दो फोकस होते हैं। चश्मे के लैंस का प्रमुख भाग दूरदृष्टि दोष के सुधार के लिए होता है जबकि लैंस का निचला हिस्सा निकट दृष्टि दोष के लिए होता है। प्रोग्रेसिव प्रकार के लैंस बायफोकल लैंस के समान होते हैं लेकिन उनके बीच कोई लकीर नजर नहीं आती। इसको पहन सकते हैं।

जांचें - इसकी जांच भी आंखों की दूसरी बीमारियों की तरह ही होती है। डॉक्टर, पहले आंखों में दवा डालकर पुतलियों को फैलाते हैं। इसके बाद तेज रोशनी में आंखों की जांच करते हैं। इस प्रक्रिया में करीब एक घंटे का समय लगता है। इसके अलावा भी डॉक्टर कुछ अन्य टैस्ट भी करवाते हैं।

दो घंटे चली बघेल-चन्नी गुट की बैठक, प्रभारी बोले-हाईकमान तक पहुंचाएंगे सबकी बात

संवाददाता, चंडीगढ़।

पंजाब कांग्रेस में बागी नेताओं का नेतृत्व कर रहे पूर्व मुख्यमंत्री चरणजीत सिंह चन्नी और पार्टी के प्रदेश प्रभारी भूपेश बघेल के बीच दो घंटे बैठक हुई। बैठक के बाद बघेल ने कहा कि जिन साथियों ने अपनी बात रखी है मैं उसकी रिपोर्ट बनाकर हाईकमान को दे दूंगा। उन्होंने फिर दोहराया कि हाईकमान के फैसले से किसी को कोई एतराज नहीं है। मीटिंग के बाद बघेल रायपुर के लिए रवाना हो गए।

बैठक के बाद सुखजिंदर सिंह रंधावा ने कहा कि हमें पंजाब में डटकर लड़ना है, इसलिए हमें विरोधी पार्टियों से समझौता करने वाले लीडर नहीं चाहिए। वहीं बैठक से पहले चन्नी ने कहा था कि तेल देखेंगे और तेल की धार, फिर अगला फैसला लेंगे। चन्नी गुट के विधायक राणा गुरजीत के घर बैठक के लिए पहुंचे। चन्नी के बयान ने बैठक के एजेंडे पर सवाल खड़े कर दिए हैं। बैठक में ऑल इंडिया कांग्रेस कमेटी के सेक्रेटरी इंचार्ज सूरज ठाकुर और दिवंगत गायक सिद्धू मूसेवाला के पिता बलकौर सिंह सिद्धू भी पहुंचे हैं।

वहीं पूर्व उपमुख्यमंत्री एवं सांसद सुखजिंदर सिंह रंधावा ने कहा कि अमरिंदर सिंह राजा वड़िंग को बुलाने की क्या जरूरत है, वह प्रदेश अध्यक्ष हैं खुद ही मीटिंग में आ जाएं। वहीं प्रदेश अध्यक्ष वड़िंग ने कहा कि मुझे मीटिंग का न्योता नहीं मिला इसलिए नहीं जाऊंगा। विधायक परगट सिंह ने कहा कि यह विचारों में भिन्नता का सवाल है, इसे बगावत का नाम न दिया जाए। सभी वरिष्ठ नेता जब बैठेंगे तो निश्चित तौर पर सकारात्मक परिणाम सामने आएगा। बैठक में भाग लेने के लिए परगट सिंह, चरणजीत सिंह चन्नी, प्रताप सिंह बाजवा, संगत सिंह गिलजियां, सुखविंदर सिंह रंधावा, भारत भूषण आशू, विधायक वरिंदर सिंह पाड़ा, अरुण चौधरी तृप्त बाजवा, बरनाला से विधायक कुलदीप सिंह काका ढिल्लों राणा गुरजीत के आवास पर पहुंच चुके हैं।

इससे पहले शुक्रवार को भी चन्नी बघेल से मिलने नहीं पहुंचे। चन्नी खेमे के अधिकतर वरिष्ठ नेताओं, पूर्व मंत्रियों, सांसदों, विधायकों और पूर्व विधायकों ने भी बघेल से दूरी बनाए रखी है। प्रदेश प्रभारी ने खुद चन्नी को फोन कर उनके साथ चाय पर मुलाकात की इच्छा जताई, जिस पर चन्नी सहमत हो गए।

सीमाएं लांघीं तो बाहर का रास्ता दिखा देंगे : बघेल

प्रदेश प्रभारी भूपेश बघेल ने बागी गुट को कड़ा संदेश देते हुए कहा कि यदि किसी ने अनुशासन की सीमा लांघीं या पार्टी विरोधी गतिविधियों में शामिल होकर नुशासनहीनता दिखाई, तो उसे बाहर का रास्ता दिखा दिया जाएगा, चाहे वह किसी भी पद पर क्यों न हो। उन्होंने कहा कि इसी कारण नवजोत कौर सिद्धू को पार्टी से बाहर किया जा चुका है। पूर्व विधायक मदन लाल जलालपुर को जारी नोटिस के संबंध में बघेल ने कहा कि उनका जवाब अभी आना बाकी है। यदि जवाब संतोषजनक नहीं हुआ तो उनके खिलाफ भी निश्चित रूप से अनुशासनात्मक कार्रवाई की जाएगी। दरअसल, पार्टी में जारी इस अंदरूनी विवाद के दौरान चन्नी गुट के कई नेताओं ने आवेश में आकर प्रदेश प्रभारी भूपेश बघेल, प्रदेश अध्यक्ष राजा वड़िंग और पार्टी हाईकमान के खिलाफ सार्वजनिक टिप्पणियां की हैं।

हाईकमान से मुलाकात के लिए भी लामबंदी तेज

उधर, चन्नी समर्थकों ने आगामी विधानसभा चुनाव से पहले उन्हें मुख्यमंत्री पद का चेहरा घोषित करने के लिए पार्टी हाईकमान पर दबाव बढ़ाना शुरू कर दिया है। साथ ही, हाईकमान से मुलाकात के लिए भी लामबंदी तेज कर दी गई है। पूर्व केंद्रीय गृह मंत्री और वरिष्ठ कांग्रेसी नेता रहे बूटा सिंह के परिवार ने भी चन्नी का समर्थन करते हुए हाईकमान से मांग की है कि चन्नी पंजाब में कांग्रेस का बड़ा दलित चेहरा हैं, इसलिए विधानसभा चुनाव उनके नेतृत्व में ही लड़ा जाना चाहिए।

बघेल ने साफ किया पार्टी का रुख

दूसरी ओर, मुख्यमंत्री पद के चेहरे को लेकर बढ़ते दबाव के बीच चन्नी से प्रस्तावित मुलाकात से पहले प्रदेश प्रभारी भूपेश बघेल ने पार्टी का रुख स्पष्ट कर दिया है। उन्होंने दो टूक कहा कि कांग्रेस विधानसभा चुनाव से पहले किसी को मुख्यमंत्री पद का चेहरा घोषित नहीं करेगी और न ही प्रदेश अध्यक्ष अमरिंदर सिंह राजा वड़िंग को बदला जाएगा। बघेल के इस स्पष्ट रुख के बाद शनिवार को चन्नी के साथ होने वाली बैठक के नतीजों को लेकर संशय पैदा हो गया है, क्योंकि बागी गुट की प्रमुख मांगें इन्हीं दोनों मुद्दों से जुड़ी हुई हैं।

छात्र नेता बनने निकले थे, गैंगवार ने बना दिया मोस्ट वांटेड गैंगस्टर, रडार पर भट्टी के गुर्गे

संवाददाता, चंडीगढ़।

पंजाब और चंडीगढ़ की छात्र राजनीति से निकले लॉरेंस बिश्नोई और गोल्डी बराड़ आज देश के सबसे मोस्ट वांटेड गैंगस्टरों में गिने जाते हैं। कभी छात्र संघ की राजनीति में पहचान बनाने का सपना देखने वाले इन दोनों का सफर समय के साथ अपराध की दुनिया तक पहुंच गया। आज दोनों का नेटवर्क देश ही नहीं, विदेशों तक फैला माना जाता है और कई सनसनीखेज मामलों में उनके नाम सामने आ चुके हैं। हाल ही में अमेरिकी संघीय जांच एजेंसी एफबीआई ने कनाडा और यूरोपीय सुरक्षा एजेंसियों के साथ मिलकर लॉरेंस बिश्नोई और गोल्डी बराड़ गैंग के खिलाफ बड़ी अंतरराष्ट्रीय कार्रवाई की है। इस साझा अभियान को ऑपरेशन हार्ड बॉल का नाम दिया गया है। एजेंसी के आरोप पत्र में बताया गया है कि भारत की जेल में बंद लॉरेंस बिश्नोई और विदेशों में छिपे गोल्डी बराड़ ने ही जून 2023 में कनाडा के

ब्रिटिश कोलंबिया (सरे) में सिख अलगाववादी नेता हरदीप सिंह निज्जर की हत्या का आदेश दिया था। इसके अलावा एफबीआई ने गोल्डी बराड़ को आधिकारिक तौर पर मोस्ट वांटेड घोषित कर दिया है। एजेंसी ने उसे पकड़वाने या उसकी गिरफ्तारी में मदद करने वाली जानकारी देने पर 50 हजार अमेरिकी डॉलर के इनाम की घोषणा की है। एफबीआई ने उसे उत्तरी अमेरिका में बिश्नोई सिंडिकेट का मुख्य संचालक बताया है। पंजाब पुलिस का दावा है कि लॉरेंस और गोल्डी लंबे समय तक एक-दूसरे के करीबी सहयोगी रहे। दोनों के नेटवर्क ने पंजाब, हरियाणा, चंडीगढ़ और अन्य राज्यों में रंगदारी, हत्या और संगठित अपराध के मामलों में अपनी पकड़ बनाई। हालांकि समय के साथ दोनों के रास्ते अलग होने की चर्चाएं भी सामने आती रहीं और गैंगवार ने कई पुराने साथियों को एक-दूसरे का दुश्मन बना दिया। हाल में अमेरिका की संघीय जांच एजेंसी एफबीआई द्वारा अंतरराष्ट्रीय गैंग नेटवर्क के खिलाफ कार्रवाई के बाद पंजाब पुलिस ने भी लॉरेंस और गोल्डी बराड़ से जुड़े नेटवर्क, उनके गुर्गों और आर्थिक मददगारों पर शिकंजा कसने की तैयारी तेज कर दी है। पुलिस का मानना है कि विदेशों में बैठे गैंगस्टरों के नेटवर्क को कमजोर करने से राज्य में संगठित अपराध पर भी असर पड़ेगा।

फाजिल्का निवासी लॉरेंस बिश्नोई ने पंजाब विश्वविद्यालय से पढ़ाई के दौरान छात्र राजनीति में कदम रखा। वह छात्र संगठन सोपू से जुड़ा और छात्र संघ चुनाव भी लड़ा, लेकिन जीत नहीं सका। इसी दौरान उसकी पहचान कई ऐसे युवाओं से हुई, जो बाद में संगठित अपराध से जुड़े। छोटे-छोटे विवाद, आपसी वर्चस्व की लड़ाई और गैंगबाजी ने धीरे-धीरे उसे अपराध की दुनिया का बड़ा चेहरा बना दिया। दूसरी ओर, श्री मुक्तसर साहिब के रहने वाले गोल्डी बराड़ की पहचान भी छात्र राजनीति से बनी। बाद में वह पढ़ाई के लिए कनाडा चला गया लेकिन वर्ष 2020 में उसके चचेरे भाई और छात्र नेता गुरलाल बराड़ की चंडीगढ़ में गोली मारकर हत्या के बाद उसने खुलकर अपराध की दुनिया में कदम रखा।

मानसून की तैयारियों की मुख्यमंत्री ने की व्यापक समीक्षा - प्रत्येक जिला जारी करेगा टोल-फ्री हेल्पलाइन नंबर

संवाददाता, चंडीगढ़।

हरियाणा के मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी ने मानसून के मद्देनजर प्रदेशभर में जल निकासी व्यवस्था, जलभराव की रोकथाम तथा संभावित बाढ़ प्रबंधन की तैयारियों की शुक्रवार देर रात व्यापक समीक्षा की।

वीडियो कॉन्फ्रेंसिंग के माध्यम से आयोजित उच्च स्तरीय बैठक में मुख्यमंत्री ने प्रदेश के सभी उपायुक्तों, मंडलायुक्तों तथा सिंचाई, जनस्वास्थ्य अभियांत्रिकी, शहरी स्थानीय निकाय, विकास एवं पंचायत, राजस्व, स्वास्थ्य तथा अन्य संबंधित विभागों के वरिष्ठ अधिकारियों को निर्देश दिए कि मानसून के दौरान सभी आवश्यक व्यवस्थाएं समय रहते पूरी कर ली जाएं, प्रदेश में कहीं भी जलभराव की स्थिति उत्पन्न न हो तथा आमजन को किसी प्रकार की असुविधा का सामना न करना पड़े। उन्होंने कहा कि सभी अधिकारी फील्ड में रहकर व्यवस्थाओं की नियमित निगरानी करें और किसी भी स्थिति में त्वरित कार्रवाई सुनिश्चित करें।

मुख्यमंत्री ने सभी उपायुक्तों को निर्देश दिए कि अपने-अपने जिलों में जल निकासी व्यवस्थाओं की नियमित समीक्षा करें तथा फील्ड स्तर पर प्रभावी निगरानी सुनिश्चित की जाए। जिन क्षेत्रों में जलभराव की आशंका रहती है, उनकी पहले से पहचान कर वहां सभी आवश्यक प्रबंध समय रहते पूरे किए जाएं। वर्षा के तुरंत बाद प्रभावित क्षेत्रों से पानी की शीघ्र निकासी सुनिश्चित की जाए, ताकि जनजीवन सामान्य बना रहे और नागरिकों को किसी प्रकार की असुविधा न हो। मुख्यमंत्री ने कहा कि सिंचाई, जनस्वास्थ्य अभियांत्रिकी, शहरी स्थानीय निकाय, विकास एवं पंचायत, राजस्व, पुलिस तथा अन्य संबंधित विभाग बेहतर समन्वय के साथ कार्य करें। जल निकासी के लिए आवश्यक पंप सेट, मोटर, पाइप तथा अन्य उपकरण पूरी तरह कार्यशील अवस्था में तैयार रखे जाएं। उपमंडल स्तर पर नियमित मॉनिटरिंग की जाए तथा संवेदनशील क्षेत्रों का संयुक्त निरीक्षण कर आवश्यक व्यवस्थाओं की समय-समय पर समीक्षा की जाए।

मुख्यमंत्री ने निर्देश दिए कि प्रदेश से गुजरने वाली नदी सहित सभी ड्रेन की नियमित निगरानी की जाए तथा जहां कहीं भी बरसाती पानी के प्रवाह में अवरोध हो, उसे तत्काल हटाकर निर्बाध जल निकासी सुनिश्चित की जाए। उन्होंने यमुना नदी के जलस्तर पर लगातार नजर रखने के निर्देश देते हुए कहा कि जलस्तर बढ़ने की स्थिति में संवेदनशील क्षेत्रों में अधिकारियों की तत्काल तैनाती सुनिश्चित की जाए। राजस्व, सिंचाई, पुलिस तथा अन्य संबंधित विभाग बाढ़ संभावित क्षेत्रों में समन्वित ढंग से कार्य करें, ताकि जन-धन की सुरक्षा सुनिश्चित की जा सके।

बघेल का बड़ा दावा: चुनाव से पहले टूटेगी आप, कई नेता कांग्रेस के संपर्क में, सीएम फेस को लेकर कही ये बात

संवाददाता, चंडीगढ़।

नेतृत्व परिवर्तन के लिए भले ही पंजाब में बगावत का माहौल बना हुआ है मगर हाईकमान अपने कड़वे अनुभव से सीख लेते हुए पुरानी गलती नहीं दोहराना चाहता। हालांकि इस बार भी साल 2027 के चुनाव से पहले कांग्रेस में आपसी फूट की स्क्रिप्ट साल 2022 सरीखे पुरानी ही है मगर किरदार बदले हुए हैं।

बगावत को शांत कराने आए प्रदेश प्रभारी भूपेश बघेल ने स्पष्ट कहा, अनुभव से सीखना चाहिए। इस संदर्भ में पार्टी हाईकमान का पिछला अनुभव अच्छा नहीं था। चुनाव से छह महीने पहले नेतृत्व परिवर्तन किया था मगर कोई फायदा नहीं हुआ बल्कि चुनावी समीकरण बिगड़ गए। हाईकमान ने इस अनुभव से सीखा है, इसलिए तय किया है कि इस बार चुनाव से ठीक पहले प्रदेशाध्यक्ष नहीं बदला जाएगा। पार्टी और मजबूती से चुनाव लड़े, इसके लिए तीन अतिरिक्त कार्यवाहक प्रदेशाध्यक्षों की नियुक्ति कर दी गई है। बघेल ने कहा, राजनीति में जो दिखता है वो होता नहीं और जो होता है वो दिखता नहीं है। साल 2022 में भी कुछ ऐसा ही हुआ था। उस वक्त परिस्थितियां अलग थीं। तब हाईकमान ने ऐसा क्यों किया था, आज तक बहुत से नेता यह समझ ही नहीं पाए हैं। लिहाजा अबकी बार पंजाब के संदर्भ में हाईकमान पूरी तरह संजीदा है। कोई भी फैसला प्रदेश स्तर पर नहीं हो रहा है, हर चीज को राहुल गांधी खुद मॉनिटर कर रहे हैं। सभी वरिष्ठ नेता हमारी संपत्ति हैं।

बघेल का दावा: आप टूटेगी, कई विधायक संपर्क में

कांग्रेस में चल रहे विवाद के बीच प्रभारी भूपेश बघेल ने दावा किया कि चुनाव से पहले आम आदमी पार्टी टूटेगी। पार्टी के कई विधायक वरिष्ठ कांग्रेसी नेताओं के संपर्क में हैं मगर किसे कांग्रेस में शामिल किया जाना है और किसे नहीं यह नेताओं के गुण-दोष तय करेंगे। उनके अनुसार आप विधायकों को भी यह मालूम हो गया कि साल 2027 में कांग्रेस सरकार बनाने की स्थिति में है।

कांग्रेस के पास सीएम के बहुत चेहरे

साल 2022 में चन्नी को सीएम फेस बनाया था, मगर इस बार सीएम फेस घोषित न करने की बात कही जा रही है, इस पर बघेल ने कहा, दरअसल, कांग्रेस में सीएम फेस के बहुत चेहरे हैं। सीएम कौन होगा यह तो हाईकमान तय करेगा मगर आम आदमी पार्टी के पास सिर्फ एक चेहरा (भगवंत सिंह मान) और शिअद के पास पुराना चेहरा (सुखबीर सिंह बादल) ही है। भाजपा के पास तो कोई चेहरा ही नहीं है।

जाखड़ को हटाकर सिद्धू को बनाया था अध्यक्ष

सुनील जाखड़ साल 2017 से जुलाई 2021 तक पंजाब कांग्रेस के प्रदेश अध्यक्ष रहे। जुलाई 2021 में कांग्रेस हाईकमान ने सुनील जाखड़ को हटाकर नवजोत सिंह सिद्धू को पंजाब कांग्रेस का प्रदेश अध्यक्ष बनाया था। सिद्धू की नियुक्ति उस समय तत्कालीन मुख्यमंत्री कैप्टन अमरिंदर सिंह के साथ उनके लंबे विवाद के बीच हुई थी। इसके कुछ ही महीनों बाद अमरिंदर सिंह ने मुख्यमंत्री पद से इस्तीफा दे दिया और चरणजीत सिंह चन्नी मुख्यमंत्री बने।

साल 2022 के विधानसभा चुनाव में कांग्रेस की हार के बाद सिद्धू ने प्रदेश अध्यक्ष पद से इस्तीफा दे दिया। बाद में कांग्रेस ने अमरिंदर सिंह राजा वड़िंग को पंजाब कांग्रेस का नया प्रदेश अध्यक्ष नियुक्त किया। कैप्टन और जाखड़ आज भाजपा में हैं।

पंजाब सरकार का बड़ा एलान: 56 प्रतिशत बढ़ेगा बसों का बेड़ा, सुविधाओं को लेकर क्या बोले परिवहन मंत्री चीमा?

संवाददाता, चंडीगढ़।

पंजाब सरकार अपनी बसों के बेड़े को 56 प्रतिशत बढ़ाएगी। सरकारी बसों की संख्या 2267 से बढ़ाकर 3546 कर दी जाएगी। यह दो दशकों में सबसे बड़ा विस्तार होगा। नई बसें डैशकैम, सीसीटीवी कैमरों, जीपीएस ट्रैकिंग व यूपीआई आधारित होगी। ये बसें इलेक्ट्रॉनिक टिकटिंग सुविधा से लैस होंगी।

इसी के तहत पंजाब सरकार पहले ही 696 साधारण बसों की खरीद का आदेश जारी कर चुकी है। इनमें से 387 बसें पनबस तथा 309 बसें पेप्सू रोड ट्रांसपोर्ट कॉरपोरेशन (पीआरटीसी) में शामिल की जाएंगी। इनमें से लगभग 300 बसों के नवंबर 2026 तक सड़क पर उतरने की संभावना है जबकि शेष बसों को दिसंबर 2026 के अंत तक चरणबद्ध ढंग से शामिल किया जाएगा।

वित्त मंत्री ने बताया कि शहरी एवं ग्रामीण क्षेत्रों में संपर्क व्यवस्था को मजबूत करने के लिए पीआरटीसी हेतु 100 मिनी बसें पहले ही खरीदी जा चुकी हैं। ये बसें सितंबर 2026 तक सेवा में आ जाएंगी, जिससे प्रत्यक्ष रूप से खरीदी गई बसों की कुल संख्या 796 हो जाएगी। विस्तारित बस बेड़े की तैनाती वैज्ञानिक योजना के आधार पर की जाएगी। चीमा ने दावा किया वर्तमान में पंजाब में प्रति एक लाख आबादी पर लगभग सात सरकारी बसें उपलब्ध हैं। इस विस्तार के बाद यह अनुपात बढ़कर प्रति एक लाख आबादी पर लगभग 12 बसें हो जाएगा।

हो सकेगा डिजिटल भुगतान

परिवहन मंत्री ने बताया कि परिवहन विभाग परिचालकों (कंडक्टरों) को ऐसी अत्याधुनिक इलेक्ट्रॉनिक टिकटिंग मशीनें उपलब्ध करवा रहा है, जिनके माध्यम से क्यूआर कोड स्कैन कर यूपीआई भुगतान स्वीकार किया जा सकेगा। उन्होंने कहा, इस आधुनिक प्रणाली को डिजिटल भुगतान के प्रति युवाओं की बढ़ती रुचि को ध्यान में रखते हुए विकसित किया गया है, जिससे टिकटिंग व्यवस्था अधिक सुविधाजनक, पारदर्शी और दक्ष बनेगी।

बेड़े में शामिल होंगी 1,279 नई बसें

पंजाब के वित्त एवं परिवहन मंत्री हरपाल सिंह चीमा ने बताया कि पंजाब सरकार 1,279 नई सरकारी बसों को शामिल कर अपने सार्वजनिक परिवहन बेड़े का व्यापक विस्तार करेगी, जिससे सार्वजनिक परिवहन अवसंरचना के क्षेत्र में राज्य देश का नंबर-1 राज्य बनने की दिशा में अग्रसर होगा।

यात्रियों को मिलेंगी आधुनिक सुविधाएं

बेड़े के विस्तार के साथ-साथ यात्रियों की सुरक्षा, सुविधा तथा अंतिम छोर (लास्ट माइल) तक बेहतर संपर्क सुनिश्चित करने के लिए डैशकैम, आंतरिक सीसीटीवी कैमरे, जीपीएस ट्रैकिंग प्रणाली तथा यूपीआई क्यूआर कोड आधारित इलेक्ट्रॉनिक टिकटिंग जैसी आधुनिक तकनीकों को भी लागू करेगी।

भारत की पहली हाइड्रोजन ट्रेन का इतिहास- दो नाम हमेशा याद रहेंगे- पीएम नरेंद्र मोदी और सीएम नायब सिंह सैनी

संवाददाता, चंडीगढ़।

इतिहास बनते हुए आपने कई बार देखा होगा, लेकिन 17 जुलाई वह दिन होगा जब भारत भविष्य का इतिहास लिखेगा। यह केवल एक ट्रेन के शुभारंभ का अवसर नहीं होगा, बल्कि विकसित भारत, आत्मनिर्भर भारत और हरित भारत के उस संकल्प के साकार होने का दिन होगा, जिसकी परिकल्पना देश के प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने की थी। हरियाणा इस ऐतिहासिक यात्रा का नेतृत्व करते हुए देश का पहला राज्य बनने जा रहा है, जहाँ से हाइड्रोजन ट्रेन की शुरूआत होगी। यह उपलब्धि भारत की तकनीकी क्षमता, पर्यावरण संरक्षण और भविष्य की सोच का नया अध्याय लिखेगी। आने वाले वर्षों में जब भी भारत में हाइड्रोजन ट्रेन की चर्चा होगी, तब इस ऐतिहासिक उपलब्धि के साथ दो नाम हमेशा प्रमुखता से लिए जाएंगे–प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी , जिन्होंने देश को नई दिशा, नई सोच और हरित विकास का विजन दिया; तथा मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी, जिनके नेतृत्व में हरियाणा इस विजन को साकार करने वाला पहला राज्य बनकर इतिहास रचने जा रहा है। यह उपलब्धि केवल एक आधुनिक ट्रेन की शुरूआत नहीं, बल्कि दूरदर्शी नेतृत्व, प्रभावी नीति और तेज क्रियान्वयन का सशक्त उदाहरण भी होगी। दरअसल, यह उपलब्धि केवल एक आधुनिक ट्रेन की शुरूआत भर नहीं है। यह उस कार्यसंस्कृति का जीवंत प्रमाण है, जिसमें प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी का विजन केवल घोषणाओं तक सीमित नहीं रहता, बल्कि मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी के नेतृत्व में तेज गति, पारदर्शिता और पूर्ण प्रतिबद्धता के साथ धरातल पर उतरता है। यही कारण है कि आज हरियाणा केवल विकास योजनाओं का सहभागी राज्य नहीं, बल्कि विकसित भारत के निर्माण में अग्रणी भूमिका निभाने वाला राज्य बनकर उभर रहा है।

सबसे महत्वपूर्ण बात यह है कि इस महत्वाकांक्षी परियोजना के लिए हरियाणा का चयन राज्य की बढ़ती विकास क्षमता और केंद्र सरकार के विश्वास का प्रमाण है। मुख्यमंत्री श्री नायब सिंह सैनी जी के नेतृत्व में हरियाणा आधुनिक आधारभूत संरचना, नवाचार और हरित विकास की दिशा में लगातार नई ऊँचाइयाँ प्राप्त कर रहा है।

आखिर यह हाइड्रोजन ट्रेन इतनी विशेष क्यों है?

हाइड्रोजन ट्रेन अत्याधुनिक फ्यूल सेल तकनीक पर आधारित है, जिसमें हाइड्रोजन और ऑक्सीजन की रासायनिक प्रक्रिया से बिजली उत्पन्न होती है। इसकी सबसे बड़ी विशेषता यह है कि इसमें कार्बन उत्सर्जन नहीं होता, बल्कि केवल जलवाष्प निकलती है। यही कारण है कि इसे भविष्य की सबसे स्वच्छ और पर्यावरण-अनुकूल रेल तकनीक माना जा रहा है। यह तकनीक उन रेलमार्गों पर भी कारगर है जहाँ ओवरहेड बिजली लाइनें उपलब्ध नहीं हैं। इससे भविष्य में दूरस्थ क्षेत्रों तक भी आधुनिक, किफायती और हरित रेल सेवा का विस्तार संभव होगा। जींद-सोनीपत रेलखंड पर इस ट्रेन का संचालन केवल एक तकनीकी उपलब्धि नहीं, बल्कि डबल इंजन सरकार की दूरदर्शिता, उत्कृष्ट समन्वय और परिणामोन्मुखी कार्यशैली का सशक्त उदाहरण है। 17 जुलाई केवल कैलेंडर की एक तारीख नहीं होगी, बल्कि भारत के हरित और आधुनिक भविष्य की नई शुरूआत का प्रतीक बनेगी। जींद से चलने वाली हाइड्रोजन ट्रेन केवल रेल की पटरियों पर नहीं दौड़ेगी, बल्कि विकसित भारत के संकल्प, नई तकनीक, नई ऊर्जा और नए आत्मविश्वास को भी गति देगी। यही प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के विजन का साकार रूप और मुख्यमंत्री श्री नायब सिंह सैनी जी के नेतृत्व में आगे बढ़ते हरियाणा की ऐतिहासिक उपलब्धि होगी।

शिमला के ऐतिहासिक बैंटनी कैसल में सजेगी हिमाचल की विरासत, सीएम सुक्खू ने किया डिजिटल म्यूजियम का उद्घाटन

संवाददाता, शिमला।

हिमाचल प्रदेश की राजधानी शिमला के ऐतिहासिक बैंटनी कैसल में राज्य का पहला अत्याधुनिक डिजिटल म्यूजियम शुरू हो गया है। मुख्यमंत्री सुखविंदर सिंह सुक्खू और उपमुख्यमंत्री मुकेश अग्निहोत्री ने संयुक्त रूप से इसका उद्घाटन किया। लगभग 8.5 करोड़ रुपए की लागत से विकसित इस डिजिटल म्यूजियम का उद्देश्य आधुनिक तकनीक के माध्यम से हिमाचल प्रदेश की समृद्ध सांस्कृतिक विरासत, इतिहास, कला और परंपराओं को आम लोगों तथा पर्यटकों के सामने आकर्षक ढंग से प्रस्तुत करना है। इस अवसर पर मुख्यमंत्री सुखविंदर सिंह सुक्खू ने कहा कि बैंटनी कैसल हिमाचल की एक ऐतिहासिक धरोहर है, जिसे लोग वर्षों से जानते हैं। उनके स्कूल के दिनों में इस इमारत में पुलिस महानिदेशक (डीजीपी) का कार्यालय हुआ करता था। बाद में उपमुख्यमंत्री की अध्यक्षता में हुई बैठक में इस ऐतिहासिक भवन को संरक्षित करते हुए इसे हिमाचल के इतिहास और संस्कृति को समर्पित डिजिटल म्यूजियम में बदलने का निर्णय लिया गया। मुख्यमंत्री ने कहा कि म्यूजियम में इमर्सिव डिजिटल टेक्नोलॉजी का उपयोग किया गया है, जिससे आगंतुक हिमाचल प्रदेश के इतिहास, संस्कृति और परंपराओं को आधुनिक डिजिटल माध्यम से करीब से जान सकेंगे। इसमें शिमला की औपनिवेशिक विरासत, कालका-शिमला रेलवे के इतिहास, प्रसिद्ध चित्रकार निकोलस रोरिक की कृतियों, लोक कला, पारंपरिक संस्कृति और राज्य के विकास की विभिन्न झलकियों को प्रदर्शित किया गया है। उन्होंने विश्वास जताया कि बड़ी संख्या में युवा और पर्यटक यहां आएंगे तथा हिमाचल और शिमला के गौरवशाली इतिहास से परिचित होंगे।

उपमुख्यमंत्री मुकेश अग्निहोत्री ने कहा कि दुनिया के कई देशों में पर्यटक सबसे पहले वहां के इतिहास और संस्कृति को जानने के लिए संग्रहालयों का रुख करते हैं। इसी सोच के साथ शिमला में यह अनोखा डिजिटल म्यूजियम विकसित किया गया है। उन्होंने बताया कि म्यूजियम में महात्मा गांधी के दौर की ऐतिहासिक घटनाओं, हिमाचल प्रदेश के निमार्ता डॉ. वाई.एस. परमार के योगदान, प्रदेश के मंदिरों, लोक संस्कृति, कला और ऐतिहासिक विरासत को डिजिटल माध्यम से प्रस्तुत किया गया है। उन्होंने कहा कि यह डिजिटल म्यूजियम न केवल हिमाचल की सांस्कृतिक पहचान को नई पीढ़ी तक पहुंचाएगा, बल्कि शिमला आने वाले देश-विदेश के पर्यटकों के लिए भी एक प्रमुख आकर्षण का केंद्र बनेगा। सरकार का मानना है कि यह पहल राज्य के पर्यटन को नई दिशा देने के साथ-साथ सांस्कृतिक संरक्षण और विरासत के प्रचार-प्रसार में भी महत्वपूर्ण भूमिका निभाएगी।

शिमला के संजौली में तड़के 4 बजे भूस्खलन; मलबे की चपेट में आईं कई इमारतें

संवाददाता, शिमला।

राजधानी शिमला के संजौली कॉलेज के समीप स्थित बोथवेल क्षेत्र में शनिवार तड़के हुए भारी भूस्खलन से इलाके में दहशत फैल गई। सुबह करीब चार बजे हुए इस भूस्खलन के समय अधिकांश लोग अपने घरों में सो रहे थे। घटना में किसी के हताहत होने की सूचना नहीं है, लेकिन तीन-चार रिहायशी मकानों पर खतरा मंडरा रहा है। भूस्खलन के बाद स्थानीय लोग घरों से बाहर निकल आए और बारिश के बीच खुले में खड़े होकर प्रशासनिक सहायता का इंतजार करते रहे। स्थानीय लोगों का आरोप है कि कई बार सूचना देने के बाद पुलिस मौके पर पहुंची और एहतियात के तौर पर प्रभावित परिवारों को मकान खाली करने की सलाह दी। हालांकि प्रभावित परिवारों का कहना है कि उनके पास रहने के लिए कोई वैकल्पिक व्यवस्था नहीं है, जिससे वे असमंजस और भय की स्थिति में हैं। स्थानीय निवासियों ने प्रशासन और जनप्रतिनिधियों की कार्यप्रणाली पर भी सवाल उठाए हैं। उनका आरोप है कि सुबह से पार्षद, विधायक, मेयर और अन्य जनप्रतिनिधियों से संपर्क करने का प्रयास किया गया, लेकिन किसी ने फोन नहीं उठाया और न ही कोई मौके पर पहुंचा। लोगों ने प्रशासन से तत्काल राहत, सुरक्षित ठहरने की व्यवस्था और प्रभावित क्षेत्र में सुरक्षा उपाय सुनिश्चित करने की मांग की है। भूस्खलन के कारण संजौली कॉलेज जाने वाले मार्ग के नीचे सपोर्ट देने वाली दीवार (ढंगा) ढह गई, जिससे मलबा नीचे स्थित मकानों की ओर पहुंच गया। इसके चलते मकानों तक पहुंचने वाला रास्ता भी बीच से टूट गया और लोगों की आवाजाही प्रभावित हो गई।

स्थानीय लोगों का आरोप है कि क्षेत्र में एक निजी निर्माण परियोजना के लिए नगर निगम से अनुमति मिलने के बाद पहाड़ी की खुदाई की गई थी। उनका कहना है कि लगातार हो रही बारिश के कारण खुदाई वाला हिस्सा कमजोर हो गया, जिससे भूस्खलन हुआ। उन्होंने प्रशासन से निर्माण कार्य तत्काल बंद कराने और पूरे क्षेत्र का विस्तृत भू-वैज्ञानिक सर्वेक्षण कराने की मांग की है, ताकि भविष्य में ऐसी घटनाओं को रोका जा सके।

बटलर-ब्रूक की तूफानी पारी

इंग्लैंड का भारत के खिलाफ टी20 में सबसे बड़ा स्कोर

एजेंसी, साउथैंप्टन।

जोस बटलर और हैरी ब्रूक के बीच दूसरे विकेट के लिए हुई साझेदारी के दम पर इंग्लैंड ने भारत को 258 रनों का लक्ष्य दिया है। भारत ने टॉस जीतकर पहले गेंदबाजी का फैसला लिया, लेकिन इंग्लैंड ने 20 ओवर में तीन विकेट पर 257 रन बनाए। भारत के खिलाफ टी20 में किसी टीम का यह सबसे बड़ा स्कोर है। इससे पहले यह रिकॉर्ड इंग्लैंड के ही नाम था जिसने टी20 विश्व कप 2026 के सेमीफाइनल में भारत के खिलाफ सात विकेट पर 246 रन बनाए थे। वहीं, वेस्टइंडीज ने भारत के विरुद्ध साल 2016 में लॉडरहिल के मैदान पर छह विकेट खोकर 245 रन बनाए थे। दक्षिण अफ्रीका साल 2026 में इंदौर के मैदान पर मेजबान टीम के खिलाफ तीन विकेट खोकर 227 रन बना चुकी है।

ब्रूक-बटलर ने की सबसे बड़ी साझेदारी

इंग्लैंड के लिए बटलर और ब्रूक ने दमदार बल्लेबाजी की और दोनों बल्लेबाजों ने दूसरे विकेट के लिए 233 रन जोड़े। यह टी20 में भारत के खिलाफ सबसे बड़ी साझेदारी है। यह इंग्लैंड की तरफ से टी20 अंतरराष्ट्रीय क्रिकेट में सबसे बड़ी साझेदारी का रिकॉर्ड है। इस मामले में बटलर-ब्रूक ने डेविड मलान-इयोन मोर्गन की जोड़ी को पछाड़ दिया है, जिन्होंने साल 2019 में न्यूजीलैंड के विरुद्ध 182 रन जुटाए थे। वहीं, जोस बटलर और एलेक्स हेल्स भारत के खिलाफ साल 2022 में एडिलेड के मैदान पर 170 रन की अटूट साझेदारी कर चुके हैं। यह सभी टी20 अंतरराष्ट्रीय मुकाबलों में दूसरे विकेट के लिए अब तक की सबसे बड़ी साझेदारी है। बटलर-ब्रूक की जोड़ी ने इस मामले में संजू सैमसन और तिलक वर्मा की जोड़ी के रिकॉर्ड को तोड़ दिया है, जिन्होंने साल 2024 में जोहानिसबर्ग में दक्षिण अफ्रीका के खिलाफ 210* रन की साझेदारी की थी।

बटलर का शतक

बटलर ने जहां शतक लगाया वहीं ब्रूक 45 गेंदों पर चार चौकों और आठ छक्कों की मदद से 95 रन बनाकर नाबाद रहे। बटलर ने 51 गेंदों पर टी20 करियर का अपना नौवां शतक लगाया, लेकिन इंग्लैंड की जमीन पर उनका टी20 में यह पहला सैकड़ा है। बटलर ने सात शतक भारत में लगाए हैं, जबकि एक यूएई में जड़ा है। बटलर ने 64 गेंदों पर 12 चौकों और आठ छक्कों की मदद से 131 रनों की पारी खेली। भारत के खिलाफ टी20 में किसी बल्लेबाज का यह सर्वोच्च व्यक्तिगत स्कोर है। बटलर ने इस मामले में एविन लुइस को पीछे छोड़ा जिन्होंने 2017 में भारत के खिलाफ नाबाद 125 रनों की पारी खेली थी। इस मैच में भारत की फील्डिंग बेहद खराब रही और टीम ने लगातार कैच छोड़े जिसका फायदा बटलर और ब्रूक ने उठाया। भारत के लिए शिवम दुबे ने दो विकेट झटके, जबकि प्रसिद्ध कृष्णा को एक सफलता मिली।

पीएम मोदी ने ऑस्ट्रेलिया के पूर्व कप्तान स्टीव वॉ को भेंट की 20 साल पुरानी तस्वीर

मेलबर्न। भारतीय प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने अपने ऑस्ट्रेलिया दौरे के दौरान शुक्रवार को मेलबर्न में ऑस्ट्रेलिया क्रिकेट टीम के पूर्व कप्तान और क्रिकेट की दुनिया के महानतम कप्तानों में से एक स्टीव वॉ से मुलाकात की और उन्हें एक बेहद पुरानी तस्वीर उपहार स्वरूप भेंट की। प्रधानमंत्री ने स्टीव वॉ को 20 साल पुरानी तस्वीर भेंट की। ये तस्वीर उस समय की है, जब स्टीव वॉ गुजरात दौरे पर थे और उस समय नरेंद्र मोदी इस राज्य के मुख्यमंत्री थे। पीएम मोदी ने 20 साल पुरानी इस यादगार तस्वीर को फ्रेम कराकर स्टीव वॉ को भेंट की। मेलबर्न क्रिकेट स्टेडियम में हुए इस कार्यक्रम के दौरान ऑस्ट्रेलिया के प्रधानमंत्री एंथनी अल?बनीज भी उपस्थित थे। पीएम मोदी ने अपने संबोधन के दौरान स्टीव वॉ के नेतृत्व क्षमता की प्रशंसा भी की। 61 साल के स्टीव वॉ ऑस्ट्रेलिया के सफलतम कप्तानों में से एक हैं। उनके दौर में ऑस्ट्रेलियाई टीम अजेय हुआ करती थी।

1985 से 2004 के बीच ऑस्ट्रेलिया के लिए स्टीव वॉ ने 168 टेस्ट और 325 वनडे मैच खेले। टेस्ट में 32 शतक और 50 अर्धशतक की मदद से उन्होंने 10,927 और वनडे में 3 शतक और 45 अर्धशतक की मदद से 7,569 रन बनाए। स्टीव वॉ ने 1999 से 2004 तक ऑस्ट्रेलियाई टेस्ट टीम के कप्तान के रूप में काम किया। उन्होंने 1997 से 2002 तक वन डे इंटरनेशनल टीम की भी कप्तानी की।

वॉ की कप्तानी में ऑस्ट्रेलिया ने 57 में 41 टेस्ट जीते और महज 9 टेस्ट गंवाए, जबकि 7 टेस्ट ड्रॉ रहा। वॉ की कप्तानी में ऑस्ट्रेलिया ने रिकॉर्ड 16

फीफा विश्व कप: फ्रांस और स्पेन में किसका पलड़ा भारी?

एजेंसी, नई दिल्ली।

फीफा विश्व कप 2026 अब अपने बेहद रोमांचक दौर में प्रवेश कर गया है। विश्व कप का पहला सेमीफाइनल मुकाबला 15 जुलाई को फ्रांस और स्पेन के बीच खेला जाना है। इस बेहद रोमांचक मैच पर पूरी दुनिया की नजर है। फ्रांस और स्पेन न सिर्फ यूरोप की, बल्कि दुनिया की बड़ी और मजबूत टीमें हैं। मौजूदा विश्व कप में भी ग्रुप स्टेज, राउंड ऑफ 32 और राउंड ऑफ 16 में अपने दमदार प्रदर्शन के दम पर दोनों टीमों ने सेमीफाइनल तक का सफर तय किया है। फ्रांस ने मोरक्को और स्पेन ने पुर्तगाल को हराकर सेमीफाइनल में जगह बनाई है। दोनों टीमों के बीच 15 जुलाई (भारतीय समयानुसार 12:30 एएम) को विश्व कप का पहला सेमीफाइनल खेला जाना है। इस मैच पर दुनियाभर के फुटबॉल फैंस की नजर है। फुटबॉल प्रेमी इस मैच के रोमांच को महसूस करने का इंतजार बेसब्री से कर रहे हैं।

2010 की विजेता स्पेन के पास फ्रांस को हराकर फाइनल में पहुंचने और अपना दूसरा खिताब जीतने का मौका है, तो वहीं फ्रांस के पास स्पेन को हराकर फाइनल में जगह बनाने और 1998 और 2018 के बाद अपना तीसरा खिताब जीतने का मौका है।

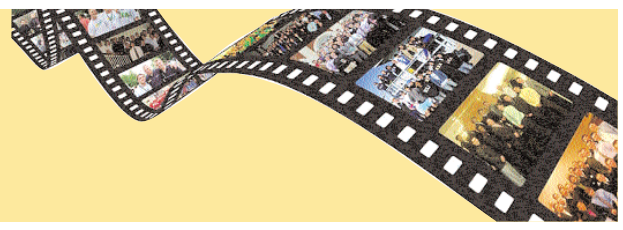
स्पेन और फ्रांस के बीच मुकाबले हमेशा रोमांचक और सांस रोक देने वाले होते हैं। इन दोनों टीमों के बीच अब तक 38 मुकाबले खेले

गए हैं। इसमें स्पेन का पलड़ा भारी रहा है। स्पेन ने 18 मैच जीते हैं, जबकि फ्रांस को 13 मैचों में जीत मिली है। 7 मैच ड्रॉ रहे हैं। गोल के मामले में भी फ्रांस पीछे है। स्पेन ने इन मैचों में 71 गोल किए हैं, जबकि फ्रांस ने 44 गोल किए हैं।

विश्व कप के इतिहास में दोनों ही टीमें सिर्फ एक बार ही टकराई हैं। विश्व कप 2006 में फ्रांस और स्पेन का मुकाबला हुआ था और इस मैच में फ्रांस 3-1 से विजयी रही थी। फ्रांस और स्पेन ने आखिरी बार 5 जून, 2025 को यूईएफए नेशंस लीग के फाइनल में एक-दूसरे के साथ खेला था, जहां स्पेन ने एक रोमांचक मैच में फ्रांस को 5-4 से हराया था।

सेमीफाइनल में फ्रांस के किलियन एम्बाप्पे पर नजर रहेगी, जो इस विश्व कप में 8 गोल कर चुके हैं। वहीं, स्पेन के फैंस की नजर युवा लेकिन बेहद प्रतिभावान स्टार लामिन यामल पर रहेगी। दोनों खिलाड़ियों में अपनी टीम को फाइनल में पहुंचाने की क्षमता है।

मनोरंजन



गौरव खन्ना संग तलाक पर छलका आकांक्षा का दर्द

'लॉकअप 2' में आकांक्षा चमोला ने शिवांगी जोशी और पामेला को बताया कि ऐसा नहीं है कि बच्चा ना चाहने के कारण वह गौरव खन्ना से अलग हो रही हैं। पिछले कुछ महीनों से उन्हें लगातार ट्रोल किया जा रहा था। कई फैंस, ट्रोल करने वालों का कहना था कि आकांक्षा, गौरव खन्ना की जिंदगी खराब कर रही हैं। गौरव को पिता बनना है और आकांक्षा उसे यह मौका नहीं दे रही हैं। इन बातों का आकांक्षा पर गहरा असर हुआ है।

जिंदगी में शांति चाहती हैं आकांक्षा चमोला

आकांक्षा कहती हैं, ह्यजब हम साथ थे, तो भी ट्रोल करने वालों और फैंस को परेशानी थी। अब अलग हो रहे थे तो भी दिक्कत है। वो लोग मुझसे नफरत करते हैं। मुझे कितना कुछ कहा गया। माना हम सेलिब्रिटी हैं, लेकिन शांति हमें भी चाहिए। हम अलग हो रहे हैं तो इसे इतना बड़ा मुद्दा क्यों बनाया जा रहा है।ह्ल यह कहते हुए आकांक्षा भावुक हो जाती हैं, उनकी आंखों में आंसू आ जाते हैं।

हाल ही में शो 'लॉकअप 2' में बतौर गेस्ट गौरव खन्ना भी नजर आए। यहां आकर उन्होंने आकांक्षा को पूरा सपोर्ट किया। इसके बाद फैंस को समझ नहीं आया कि इस कपल के बीच चल क्या रहा है।

फैंस को अब भी हो रहा है शक

एक तरफ तो आकांक्षा चमोला कर रही हैं, वह पति गौरव खन्ना से एक साल से अलग रह रही हैं। इनका तलाक भी शो से बाहर आने के बाद होगा। वहीं कुछ महीनों पहले वह अपने पति और एक्टर गौरव को ह्यबिग बॉस 19ह्ल में सपोर्ट करती दिखी थीं। दोनों के बीच खूब प्यार नजर आया था। शो जीतने के बाद गौरव और आकांक्षा ने पार्टी की, साथ में जन्मदिन मनाया। सोशल मीडिया पर भी लगातार फोटो साझा कीं। इसी वजह से फैंस को इस सेलिब्रिटी कपल की बात पर शक हो रहा है, वह इसे पब्लिसिटी स्टंट मान रहे हैं।

इंतजार करना पसंद करूंगी, लेकिन बिना जुड़ाव के किरदार नहीं: अद्रिजा

अनुपमा' में राही कपाड़िया के किरदार से अभिनेत्री अद्रिजा रॉय ने घर-घर में पहचान बनाई है। इस बीच आईएएनएस को दिए इंटरव्यू में अद्रिजा ने प्रोजेक्ट्स को ठुकराने और टीवी की दुनिया में आए बदलावों पर खुलकर बात की। उन्होंने कहा कि वह वहीं किरदार निभाना पसंद करती है, जिससे उन्हें दिल से जुड़ाव महसूस होता है। वहीं उन्होंने आगे कहा कि अब महिलाओं के लिए लिखे जाने वाले किरदारों में काफी सुधार आया है और दर्शक भी महिला केंद्रित कहानियों को खुले दिल से स्वीकार कर रहे हैं। आईएएनएस से बात करते हुए अद्रिजा रॉय ने कहा, "मुझे लगता है कि चीजें पहले से काफी बेहतर हुई हैं। अब महिलाओं को ज्यादा अहमियत रखने वाले किरदार मिल रहे हैं। हालांकि अभी भी सुधार की गुंजाइश है, लेकिन अच्छी बात यह है कि दर्शक अब महिलाओं के नेतृत्व वाली कहानियों को स्वीकार कर रहे हैं। यह इंडस्ट्री के लिए एक सकारात्मक संकेत है।"

जब आईएएनएस ने उनसे पूछा कि किसी एक किरदार की सफलता के बाद क्या कलाकार के एक जैसी भूमिकाओं में बंध जाने का खतरा बढ़ जाता है। इस पर उन्होंने कहा कि ऐसा होना स्वाभाविक है, क्योंकि जब कोई किरदार लोकप्रिय हो जाता है तो लोग उसी तरह के रोल में कलाकार को देखने लगते हैं। उन्होंने कहा, "जब कोई भूमिका लोकप्रिय हो जाती है तो लोग आपको उसी अंदाज में देखने लगते हैं, क्योंकि उन्हें लगता है कि आपने उस किरदार को अच्छी तरह निभाया है। मैं इसके लिए किसी को दोष नहीं देती। लेकिन एक कलाकार के तौर पर मैं हमेशा खुद को और दर्शकों को सरप्राइज करना चाहती हूं। मैं एक ही तरह के किरदार बार-बार नहीं करना चाहती। मेरे लिए हर नया रोल कुछ नया सीखने का मौका होना चाहिए।"

अद्रिजा ने अपने करियर के फैसलों को लेकर भी बात की। उन्होंने कहा, "हर अभिनेता चाहता है कि उसके पास चुनने के लिए बहुत सारे विकल्प हों, लेकिन यह इंडस्ट्री हमेशा इस तरह काम नहीं करती। कई बार कोई अच्छा प्रोडक्शन हाउस आपको ऐसा किरदार देता है, जो शायद आपकी पहली पसंद न हो। ऐसे में पूरी तस्वीर देखनी चाहिए। कहानी क्या है, टीम कैसी है और किरदार शो में क्या योगदान दे रहा है, इन सभी चीजों को समझना जरूरी होता है। हर स्थिति में कोई एक सही या गलत जवाब नहीं होता। हर कलाकार को अपने हिसाब से फैसला लेना पड़ता है।" बातचीत के दौरान अद्रिजा ने खुलासा किया कि उन्होंने अपने करियर में कुछ ऐसे प्रोजेक्ट्स को मना किया है, जिनसे वह खुद को जोड़ नहीं पाईं। उन्होंने कहा, "हां, मैंने कुछ प्रोजेक्ट्स के लिए मना किया है। ऐसा इसलिए नहीं था कि वे खराब थे, बल्कि इसलिए क्योंकि मैं उन किरदारों से जुड़ाव महसूस नहीं कर पाई। अगर मैं किसी भूमिका पर विश्वास नहीं करती हूं, तो मेरे लिए उसके साथ न्याय करना मुश्किल हो जाता है। मैं इंतजार करना पसंद करूंगी, लेकिन ऐसा काम करना चाहती हूं जो मुझे अंदर से उत्साहित करे।"

'द ओडिसी' स्टार ऐनी हैथवे को बहुत पसंद हैं टॉम हॉलैंड

ऐनी हैथवे और टॉम हॉलैंड फिल्म ह्यद ओडिसीह्ल में नजर आने वाले हैं। इस बीच हाल ही में ऐनी ने टॉम की जमकर तारीफ करते हुए कहा कि वह चाहती हैं कि उनके अपने बच्चे बड़े होकर टॉम जैसे बनें। फिल्म में ऐनी, टॉम की मां का किरदार निभा रही हैं।

इससे बेहतर ऑन-स्क्रीन बेटा मिल ही नहीं सकता

एक इंटरव्यू के दौरान ऐनी हैथवे ने बताया कि टॉम के साथ काम करने का उनका अनुभव बहुत खास रहा। फिल्म में टॉम हॉलैंड टेलीमेकस का रोल निभा रहे हैं, जबकि ऐनी पिनेलोपी के किरदार में नजर आएंगी।

जब उनसे पूछा गया कि उन्होंने फिल्म में मां वाले इमोशन्स कैसे दिखाए, तो उन्होंने हंसते हुए कहा कि उन्हें इससे बेहतर ऑन-स्क्रीन बेटा मिल ही नहीं सकता था। ऐनी ने टॉम को 'ड्रीम सन' यानी ऐसा बेटा बताया जिसकी हर माता-पिता को चाह होती है।

मुझे टॉम बहुत पसंद हैं

उन्होंने कहा, ''असल जिंदगी में एक मां होने के नाते मैं चाहती हूं कि मेरे सभी बच्चे बड़े होकर मेरे ऑन-स्क्रीन बेटे की तरह अच्छे इंसान बनें।'' यह सुनकर टॉम हॉलैंड हंस पड़े।

ऐनी ने आगे कहा कि उन्हें टॉम के साथ काम करने में बहुत मजा आया। उन्होंने हंसते हुए कहा, ''मुझे टॉम बहुत पसंद हैं।'' साथ ही उन्होंने यह भी बताया कि फिल्म में ओडीसियस का रोल निभा रहे मैट डेमन के साथ भी उनकी अच्छी बॉन्डिंग है।

ऐनी हैथवे की पर्सनल लाइफ के बारे में

बता दें कि ऐनी हैथवे ने हाल ही में सोशल मीडिया के जरिए बताया है कि वह अपने पति एडम शुलमैन के साथ तीसरे बच्चे की उम्मीद कर रही हैं। दोनों की शादी 2012 में हुई थी और उनके दो बेटे- जोनाथन (10 साल) और जैक (6 साल) हैं। कपल अपनी पर्सनल लाइफ को काफी प्राइवेट रखता है।

कब रिलीज होगी 'द ओडिसी'?

'द ओडिसी' क्रिस्टोफर नोलन की फिल्म है, जो होमर की क्लासिक कहानी पर आधारित है। इसमें ओडीसियस की ट्रोजन वॉर के बाद घर लौटने की 10 साल लंबी यात्रा को दिखाया गया है।

फिल्म में ऐनी हैथवे, टॉम हॉलैंड और मैट डेमन के अलावा जेंडाया, रॉबर्ट पैटिंसन, शार्लीज थेरॉन, लुपिता न्योंगो, इलियट पेज, मिया गोथ, जॉन लेगुइजामो और ट्रैविस स्कॉट भी नजर आएंगे।

यह फिल्म 17 जुलाई को सिनेमाघरों में रिलीज होने वाली है।

जिम छोड़ नरगिस ने अपनाया पिलाटेस

बॉलीवुड अभिनेत्री और फिटनेस प्रेमी नरगिस फाखरी ने इस बार अपनी नियमित जिम वर्कआउट की जगह पिलाटेस सेशन को चुना। अभिनेत्री ने यह जानकारी सोशल मीडिया के जरिए अपने प्रशंसकों के साथ साझा की है। नरगिस ने इंस्टाग्राम अकाउंट पर पिलाटेस स्टूडियो से एक मिरर सेल्फी शेयर की। तस्वीर में वह पिलाटेस क्लास शुरू होने से पहले नजर आ रही हैं। उन्होंने पोस्ट के कैप्शन में लिखा, अब इस दमदार पिलाटेस क्लास को आजमाने जा रही हूं। वर्कफ्रंट की बात करें तो नरगिस फाखरी हाल ही में रिलीज हुई कॉमेडी-थ्रिलर फिल्म 'हाउसफुल 5' में नजर आई थीं। तरुण मनसुखानी के निर्देशन में बनी इस फिल्म में अक्षय कुमार, अभिषेक बच्चन, रितेश देशमुख, संजय दत्त, फरदीन खान, श्रेयस तलपड़े, नाना पाटेकर, जैकी श्रॉफ, डिनो मोरिया, जैकलीन फर्नांडिस, चित्रांगदा सिंह, सोनम बाजवा, सौंदर्या शर्मा, चंकी पांडे, निकितिन धीर और जॉनी लीवर सहित कई कलाकार दिखाई दिए।

यह फिल्म एक मर्डर मिस्ट्री कॉमेडी है, जिसमें एक अरबपति की मौत के बाद उसकी संपत्ति पर दावा करने वाले कई लोगों की कहानी को एक लग्जरी क्रूज के बीच हास्य और रोमांच के साथ पेश किया गया है।

इसके अलावा नरगिस 'मस्ती 4' में भी नजर आई हैं। मिलाप जावेरी के निर्देशन में बनी इस फिल्म में रितेश देशमुख, विवेक ओबेरॉय और आफताब शिवदासानी मुख्य भूमिकाओं में हैं।

नरगिस ने साल 2011 में रिलीज हुई फिल्म 'रॉकस्टार' से बॉलीवुड में पहचान बनाई थी। इसके बाद वह 'मद्रास कैफे', 'मैं तेरा हीरो', 'हाउसफुल 3' और हॉलीवुड फिल्म 'स्पाई' में भी नजर आ चुकी हैं।

वहीं, इसी साल उन्होंने दुबई में इजरायल-ईरान तनाव के दौरान चिंता और अनिद्रा से जूझने का अपना अनुभव भी सोशल मीडिया पर साझा किया था। अभिनेत्री ने बताया था कि अनिश्चितता और तनाव के कारण उन्हें रातों में नींद नहीं आ रही थी और उनका मन लगातार बेचैन बना हुआ था।

स्वामी, प्रकाशक, मुद्रक-आशीष श्रीवास्तव द्वारा द इंडियन एक्सप्रेस प्राइवेट लिमिटेड, प्लाट नंबर सी-5 इंसीट्यूशनेल एरिया, सेक्टर-6, पंचकूला-134109 हरियाणा से मुद्रित करवाकर, 90/1 खुदा अलीशेर चंडीगढ़ से प्रकाशित। संपादक-प्रभात कुमार।
समाचार चयन के लिए पी.आर.बी एक्ट के तहत जिम्मेदार। सभी विवादों का निपटारा केवल चंडीगढ़ (हरियाणा) के न्यायिक क्षेत्र में ही होगा। RNI No-CHAHIN/2022/82911 (मोबाइल नं.-7986125820 E-mail:badaltealfaaz@gmail.com)